Исай Фельдман

ЖИТЬ СО ВКУСОМ

или Байки бывалого кулинара

СОВЕТЫ И СЕКРЕТЫ
ОСНОВЫ ЭТИКЕТА

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

На протяжении 40 лет своей профессиональной деятельности, как непосредственно у кухонной плиты, так и на административном поприще, автор работал и общался с признанными мастерами кулинарного искусства, учился и перенимал опыт не одного поколения поварской элиты как на родине, так и за ее пределами.

Представленные в этой книге основы кулинарной культуры – советы, секреты, тонкости поварского ремесла – скрупулезно собирались, записывались и систематизировались. Автор надеется, что его труд будет полезен как начинающим поварам, так и мастерам, а может быть, даже и умудренным опытом домохозяйкам.

- Исай Абрамович Фельдман
  - ОТ АВТОРА
  - СОВЕТЫ БЫВАЛОГО КУЛИНАРА
    - ПЕРВЫЕ БЛЮДА
      - Бульоны
      - Супы
      - Заправочные супы
      - Борщи
      - Щи
      - Рассольники
      - Солянки
      - Уха
      - Крупяные супы
      - Вегетарианские супы
      - Овощные супы
      - Супы-пюре
      - Холодные супы
      - Молочные супы
      - Сладкие супы
    - МЯСО, СУБПРОДУКТЫ, КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ДОМАШНЯЯ ПТИЦА, КРОЛЬЧАТИНА, ДИЧЬ
      - Все о мясе
      - Требование к качеству приготовленного блюда из мяса
      - Субпродукты
      - Колбасные изделия
      - Домашняя птица
      - Крольчатина

- Дичь
- РЫБА И БЕСПОЗВОНОЧНЫЕ
  - Рыба
  - Рыба отварная, на пару, припущенная и заливная
  - Рыба тушеная и жареная
  - Рыба запеченная и рыба-барбекю
  - Рыбная котлетная масса, сельдь и рыбные консервы
  - Беспозвоночные
- КРУПЫ, МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ
  - Крупы
  - Каши из круп
  - Макаронные изделия
- МУКА, ТЕСТО, МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ
  - Мука
  - Тесто
  - Пресное тесто
  - Дрожжевое тесто
  - Хлебное тесто
  - Бисквитное тесто
  - Песочное тесто
  - Слоеное тесто
  - Пряничное тесто
  - Вафельное тесто
  - Заварное и воздушное тесто
  - Мучные изделия
  - Пирожки и пончики
  - Беляши, пампушки, коржики, кулебяки
  - Пироги
  - Торты, кексы
  - Печенье, лепешки, пудинги, бабки
  - Бутерброды
  - Начинка и украшения для пирожков, пирогов, беляшей, тортов и др
  - Блины
  - Блинчики
  - Оладьи и лепешки
  - Пельмени и вареники
  - Лапша, галушки, клецки
  - Хлеб
- МОЛОКО, МОЛОЧНОКИСЛЫЕ ПРОДУКТЫ
  - Молоко
  - Молочнокислые продукты

- ЯЙЦА
- ОВОЩИ, ОВОЩНЫЕ БЛЮДА
  - Овощи
  - Картофель
  - Капуста
  - Морковь, свекла, топинамбур (земляная груша)
  - Корневая петрушка, сельдерей, фенхель, пастернак, хрен
  - Помидоры, огурцы, перец, баклажаны
  - Редис, редька, брюква, репа, турнепс
  - Лук, чеснок
  - Тыква, кабачки и патиссоны
  - Спаржа, бобовые, кукуруза
  - Артишоки, ревень
  - Листовая, пряная зелень и съедобные цветы
  - Овощные блюда
- ГРИБЫ
- ЖИРЫ
- СОУСЫ, МАРИНАДЫ
  - Соусы
  - Маринады
  - Пряности и специи, приправы
  - Пряности и специи
  - Приправы
- ЯГОДЫ, ФРУКТЫ, БАХЧЕВЫЕ, ЦИТРУСОВЫЕ И ДРУГИЕ
  -
  - Ягоды
  - Фрукты
  - Бахчевые
  - Цитрусовые и другие
- КОМПОТЫ, КИСЕЛИ, СЛАДКИЕ БЛЮДА, ВАРЕНЬЕ, МЕД
  -
  - Компоты
  - Кисели
  - Сладкие блюда
  - Варенье
  - Мед
- НАПИТКИ
- СПИРТНЫЕ НАПИТКИ
- КОНСЕРВИРОВАНИЕ И СУШКА ОВОЩЕЙ,

ФРУКТОВ И ЯГОД
-
- Консервирование нагреванием
- Засолка и квашение
- Маринование, сушка

- ХРАНЕНИЕ ПРОДУКТОВ
  - Правила хранения пищи
  - Замораживание продуктов
  - Сроки хранения продуктов в холодильнике и морозильной камере
  - Хранение бульонов и супов
  - Хранение мяса, мясных продуктов и птицы
  - Хранение рыбы и беспозвоночных
  - Хранение круп, бобовых, муки, соды и дрожжей
  - Хранение теста и мучных изделий
  - Хранение молочных и молочнокислых продуктов
  - Хранение яиц
  - Хранение овощей
  - Хранение грибов
  - Хранение масел и жиров
  - Хранение соусов, специй и пряностей
  - Хранение фруктов, бахчевых, цитрусовых
  - Хранение компотов, сладких блюд, варенья, меда
  - Хранение чая, кофе
  - Хранение соков, минеральной воды, кваса, наливок и вин
- КУХОННЫЕ ПРЕМУДРОСТИ
- КАК СОБРАТЬСЯ НА ПИКНИК
  - Необходимое для пикника
- ВСЕ О БАРБЕКЮ
  - Необходимые предметы для барбекю
  - Безопасность при работе с барбекю
  - Советы при работе с барбекю
- ОСНОВЫ ЭТИКЕТА
  - Как готовиться к праздничному обеду или ужину
  - Заготовки
  - Составление меню
  - Сервировка стола
  - Подача блюд и напитков
  - Подача закусок

- Подача супов
- Подача вторых блюд
- Подача сладких блюд и холодных напитков
- Подача горячих напитков
- Подача вин и винно-водочных изделий

- КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ

- ПРИЛОЖЕНИЯ
  - Старинные меры веса
  - Взвешивание без весов
  - Сравнительная таблица веса и меры некоторых продуктов
  - Краткий кулинарный словарь
- БАЙКИ БЫВАЛОГО КУЛИНАРА
  -
  - «А В РЕСТОРАНЕ, А В РЕСТОРАНЕ, А ТАМ ГИТАРЫ, А ТАМ ЦЫГАНЕ»
  - МОИМИ ПИРОЖКАМИ ТОРГУЮТ МОИ ПИРОЖКИ
  - А ВОТ И ЭТИ «ЗНАМЕНИТЫЕ» (ХА-ХА!) ПИРОЖКИ!
    - Пирожки с мясом, капустой, горохом, зеленым луком и яйцом
    - Фарш для пирожков
  - «КАТИТСЯ, КАТИТСЯ ГОЛУБОЙ ВАГОН»
  - «ПЕРВЫМ ДЕЛОМ, ПЕРВЫМ ДЕЛОМ – САМОЛЕТЫ!» НУ А КУШАТЬ? НУ А КУШАТЬ УЖ ПОТОМ!
  - КОНЬЯК С МИКОЯНОМ
  - «С ВАМИ БУДЕТ ГОВОРИТЬ ТОВАРИЩ КОВПАК»
  - ЮБИЛЕЙНЫЕ РЕСТОРАНЫ
  - «ЧАПУР-ХАПУР»
  - КУДА ДЕВАТЬ МЕДВЕДЯ?
  - «САРЫНЬ НА КИЧКУ»
  - НОВАЯ МЕТЛА ПО-НОВОМУ МЕТЕТ
  - НАЗНАЧЕНИЕ И РАБОТА
  - РЕВОЛЮЦИЯ В ДНЕПРОВСКОМ ОБЩЕПИТЕ
  - ДОЛГ ПЛАТЕЖОМ КРАСЕН
  - «ПОЧЕМУ В КИЕВЕ В НОЧНОЕ ВРЕМЯ РАБОТАЮТ ТОЛЬКО СЛУЖБЫ ПЕЧАЛИ: 01, 02, 03?»
  - ЕВРЕЙ «В ЗАКОНЕ»
  - ПОЧТИ АНЕКДОТ
  - ВСЕ ЛУЧШЕЕ – ДЕТЯМ

- «РАСЦВЕТАЙ ПОД СОЛНЦЕМ, ГРУЗИЯ!»
- ПЬЯНСТВУ – БОЙ!
  -
  - В РЕСТОРАН ПРОХОДИЛИ БОЧКОМ…
- КУЛИНАР-ДИПЛОМАТ
- МОЕ ОТКРЫТИЕ АМЕРИКИ
- КОФЕ У ЯКИМОТО
- УКРАИНА В МОСКВЕ
- РЕСТОРАН-КЛУБ «ДЕЛОВЫЕ ВСТРЕЧИ»
- «КАНАДИЕН-ЭКСПРЕСС»
- БЫЛ РЕСТОРАН «ВИННИЧАНКА» – СТАЛ «БУДЬМО!»
- КАК Я СТАЛ ПИСАТЕЛЕМ
- «В ШУМНОМ ЗАЛЕ РЕСТОРАНА…»

Исай Абрамович Фельдман
Жить со вкусом, или Байки бывалого кулинара

ОТ АВТОРА

С того момента, когда первобытный человек догадался изжарить кусок мяса убитого им животного на огне своего костра, поварская профессия, прошагав эпохи и века, превратилась в искусную науку под названием кулинария.

Накоплен колоссальный опыт работы с продуктами растительного и животного мира, учтены вопросы сочетания различных видов сырья, изучены сотни вариантов технологических приемов на базе новейших видов оборудования, не забывая при этом и о старинной печи, и, как результат, рождены и многократно проверены на практике многие тысячи самых разнообразных блюд, кулинарных и кондитерских изделий.

Рынок книжной продукции о приготовлении пищи сегодня насыщен, как никогда: книги, брошюры, журналы, альбомы, открытки зовут нас как к обыденному столу, так и к изысканному пиршеству. Но даже самое грамотное изложение материала, самое точное исполнение рецептов и предписанной технологии приготовления еще не гарантия полного гастрономического успеха, если не овладеть так называемой «кулинарной культурой», то есть писаным и неписаным сводом профессиональных правил, тонкостей и нюансов в поварском искусстве, без которых невозможно стать хорошим кулинаром.

На протяжении 40 лет своей профессиональной деятельности, как непосредственно у кухонной плиты, так и на административном поприще, автор работал и общался с признанными мастерами кулинарного искусства, учился и перенимал опыт не одного поколения поварской элиты как на родине, так и за ее пределами.

Представленные в этой книге основы «кулинарной культуры» – советы, секреты, тонкости поварского ремесла – скрупулезно собирались, записывались и систематизировались. Автор надеется, что его труд будет полезен как начинающим поварам, так и мастерам, а может быть, даже и умудренным опытом домохозяйкам.

СОВЕТЫ БЫВАЛОГО КУЛИНАРА

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Бульоны

• Домашние бульоны дают более ароматный и менее соленый вкус, чем готовые бульонные кубики.

• Кастрюли для варки бульонов можно использовать глиняные, стеклянные (для микроволновых печей), эмалированные и из нержавеющей стали.

• Из мяса старых животных и зрелых овощей бульон получается ароматнее.

• Не годятся для варки бульона дичь и говяжьи почки.

• Для чисто говяжьего бульона берут бедро или огузок. А для телячьего бульона берут переднюю часть, шею, ноги и грудину.

• Для бульона из баранины берут такие же части туши, как и у телятины.

• Для бульона из свинины берут шею и ребра, очищенные от жира.

• Для улучшения вкусовых качеств бульона из свиного мяса добавьте говяжью кость.

• Для приготовления бульона из домашней птицы используют шею, голову, крылья, желудок, сердце.

• Спинной мозг (амурет) при варке бульона нужно удалять, так как бульон от него мутнеет.

• Костный мозг не выпадает при варке, если с каждой стороны кости положить по кристаллу крупной соли.

• Мясо и рыбу для бульона следует промывать непосредственно перед употреблением. Если они будут долго находиться в воде, то часть белка и солей перейдет в нее.

• Характерные особенности хорошего бульона – аромат, насыщенность и прозрачность. Самые ароматные бульоны получаются тогда, когда кости и овощи едва покрыты водой.

• Варка бульона в открытой посуде ухудшает его вкус и питательность: пары уносят с собой большую часть аромата. Но крышка не должна полностью закрывать кастрюлю – ее нужно чуть-чуть приоткрыть.

• Для наваристого бульона телячьи и свиные кости, овощи рекомендуется поджарить. Затем поджаренные кости и овощи следует переложить в кастрюлю, слить лишний жир из сковороды, в которой они жарились, и влить в нее воду, чтобы в ней растворились ароматные карамелизированные соки, стекшие из костей и овощей. Всю эту смесь слегка проварить, затем ее

вылить в кастрюлю с жареными костями и овощами. В результате получится коричневый бульон, более темный и насыщенный, чем обычный бульон. Этим способом можно варить мясной, куриный, рыбный или овощной бульоны.

• Чтобы получить хороший крепкий бульон из костей, их заливают холодной водой, кастрюлю накрывают крышкой, ставят на сильный огонь, доводят до кипения, затем, сняв крышку, убирают пену и жир и продолжают варить при слабом кипении. При этом крышка не должна плотно закрывать кастрюлю. За 1–1,5 часа до готовности в бульон кладут морковь, петрушку, сельдерей и лук.

• Для приготовления бульона говяжьи и бараньи кости варят 4,5–5 часов, а телячьи, свиные и куриные – 2–3 часа (при более длительной варке вкус бульона ухудшается). Перед варкой кости следует разрубить на части и промыть холодной водой.

• Чтобы сократить время варки мясного бульона, необходимо сырое мясо нарезать поперек волокон небольшими кусками.

• Мясо, предназначенное для бульона, лучше ошпарить кипятком (несколько минут), смыть сгустки пены, а потом залить холодной водой и варить.

• Если мясо из бульона хотят использовать для еды, то в бульон кладут котлетную часть.

• При варке бульона на слабом огне мясо в бульоне будет менее вкусным, а бульон вкуснее, и наоборот, при сильном кипении вкуснее будет мясо, а вкусовые качества бульона ухудшатся.

• Чтобы получить вкусное мясо, но слабый бульон, мясо варят, залив его кипятком; последний сразу свернет белок и таким образом закупорит все каналы, в которых находится мясной сок, и тем воспрепятствует его дальнейшему выделению.

• При желании иметь одновременно крепкий бульон и вкусное мясо поступают следующим образом: кости и более плохие куски мяса заливают холодной водой, дают ей закипеть, потом опускают в нее предназначенное для еды мясо.

• Бульон должен быть прозрачным, светло-янтарного цвета, без жира на поверхности. Вкус его зависит от соотношения мяса и воды. Из 1 кг мяса получится 4–5 л бульона.

• Лучшие бульоны для прозрачных супов получаются из говядины и кур.

• Мясные бульоны для прозрачных супов варят с репчатым луком, морковью, сельдереем и петрушкой, а рыбные – с луком и зеленью петрушки.

• Чтобы бульон был прозрачным, нужно сделать следующее: залить мясо водой и, когда вода закипит, слить ее. Затем залить

свежей горячей водой, снова довести до кипения и снова слить. И только в третий раз, залив горячей водой, можно варить бульон.

• Также для прозрачности сначала бульон нужно варить на большом огне. После того как он закипит, 2–3 раза добавить по столовой ложке холодной воды, каждый раз доводя до кипения. Затем огонь нужно убавить. Собравшуюся на поверхности пену необходимо удалить шумовкой.

• Если при варке бульона пена опустилась на дно, надо влить в кастрюлю стакан холодной воды – пена поднимется на поверхность и ее можно будет снять.

• Серая пена, образующаяся при варке бульона, не что иное, как растворенный холодной водой свернувшийся белок. Белок представляет собой очень ценное питательное вещество, поэтому можно не снимать с бульона пену. Если же она кажется недостаточно привлекательной на вид, то ее следует употребить для какого-нибудь темного соуса.

• С бульона следует снимать жир, потому что жирный бульон можно есть только горячим, а слишком горячая пища вредна; остывший же жир оставляет после себя неприятный вкус во рту. Излишек жира можно снять, когда бульон остынет.

• Для быстрого снятия жира окуните в горячий процеженный бульон сложенное вдвое бумажное полотенце, и бумага быстро впитает весь жир. Можно и так: завернуть в полотенце кусок льда и опустить в горячий суп – на полотенце оседает жир.

• Если не удалось полностью снять жир с поверхности бульона, то поступают следующим образом: надо слить верхнюю часть бульона с жиром и охладить ее – сначала до комнатной температуры, а потом в холодильнике (если бульона немного, можно не сливать верхнюю часть, а нужно охладить всю кастрюлю); затем снимают застывший жир, бульон процеживают, доводят до кипения и соединяют с остальным бульоном.

• Жир, снятый с бульона, ароматен и нежен на вкус, поэтому можно выпарить его, процедить и использовать для тушения овощей.

• Если бульон готовят впрок, то не следует снимать жир: он препятствует доступу воздуха; по этой же причине следует сохранять бульон в узкой посуде.

• Чтобы придать бульону аромат и золотистую окраску, надо положить в него разрезанные пополам и поджаренные с одной стороны без масла или испеченные в духовом шкафу морковь, петрушку, сельдерей и лук.

• Бульон можно подкрасить отваром луковой шелухи – это повысит его питательность, обогатит витаминами и украсит.

• Бульон теряет специфический вкус и аромат, если в него

положить слишком много овощей.

• Бульон будет еще вкуснее, если в тарелку добавить столовую ложку хереса.

• Для придания бульону красивого цвета в него можно добавить (на 6 порций) 1 чайную ложку поджаренного сахара.

• Прозрачный мясной бульон приобретает особенно приятный вкус, если при варке в него положить кусочек сухого сыра.

• Не очень крепкий бульон, особенно из костей, можно сдобрить сушеными или свежими дрожжами. Свежих дрожжей идет примерно 10 г на порцию.

• В куриный бульон не следует класть никаких приправ, кроме луковицы и моркови, иначе он потеряет свой вкус.

• Бывает, что курица в бульоне никак не становится мягкой. Тогда нужно проварить ее 20 минут, вынуть, опустить в холодную воду на 3–4 минуты, промыть, а потом вновь положить в кипящий бульон.

• Чтобы улучшить вкус и аромат куриного бульона, во время варки положите в него обжаренные до светло-золотистого цвета куриные кости (50 г на 1 л бульона).

• Рыбный бульон варят из голов (глаза и жабры необходимо вынуть, чтобы бульон не получился темным и горьковатым), костей, плавников, хвоста и кожи. Все это тщательно промывают, кладут в холодную воду, добавляют петрушку и репчатый лук (морковь и сельдерей не кладут), доводят до кипения и на небольшом огне варят 50–60 минут, периодически снимая жир и пену.

• Прозрачный рыбный бульон готовят преимущественно из ершей, окуней и отходов судака.

• При варке бульона из рыбы осетровых пород через час после начала варки следует вынуть голову, мякоть отделить, а хрящи довести до готовности.

• Готовый бульон должен отстояться (15–20 минут), и только после этого его надо процедить. Для процеживания рыбных бульонов следует иметь отдельное сито, так как рыбный запах стоек и может передаться другим продуктам.

• Не охлаждайте и не разогревайте повторно рыбный бульон: он станет невкусным и приобретет неприятный запах.

• Грибной бульон будет вкусным, если для его приготовления использовать сушеные грибы разной величины: крупные придают бульону приятный вкус и темный цвет, а мелкие – аромат.

• Чтобы приготовить грибной бульон, сухие грибы заливают холодной водой, выдерживают 3–4 часа, а затем варят в той же воде. Готовый бульон процеживают, а грибы промывают. Есть и другой способ: сушеные грибы залейте холодной водой, оставьте

в ней на 10–15 минут, затем промойте, несколько раз меняя воду, снова залейте холодной водой (2 л на 100 г грибов), оставьте на 3 часа и отварите в той же воде.

• Солить мясной бульон следует за 30 минут до готовности, рыбный – в начале варки, грибной – в конце. В овощные бульоны соль в небольшом количестве добавляется во время готовки, чтобы вкус и аромат бульона стали сильнее.

• На 1 л бульона кладут 5 г (0,5 чайной ложки) соли.

• Если бульон в дальнейшем хотят использовать для соусов и заливных блюд, его не солят.

• Костный бульон при варке не солят.

• В пересоленный бульон не рекомендуется добавлять воду, лучше разбавить его мясной оттяжкой (см. ниже). Можно положить в марлю немного сырого риса и опустить в бульон.

• При необходимости в бульон можно долить кипяток, но не холодную воду – она замедляет процесс кипения, что ухудшает вкус.

• Чтобы бульон был прозрачным, его осветляют мясной оттяжкой. Для приготовления оттяжки мясо с наибольшим содержанием крови (голяшка, шея и др.) пропускают через мясорубку, заливают холодной водой (150–200 г на 100 г мяса) и ставят в холодное место. Через 1–2 часа добавляют слегка взбитый белок, соль и хорошо перемешивают (этого количества достаточно для осветления 2 л бульона). Оттяжку вводят в бульон, размешивают, накрывают крышкой, доводят бульон до кипения, удаляют пену, жир и продолжают варить при слабом кипении. Через 1–1,5 часа его снимают с огня, дают отстояться, удаляют лишний жир и процеживают.

• Оттяжку для куриного бульона готовят из мелко нарубленных куриных костей и зачисток, в которые добавляют белок и соль.

• Если бульон мутен, то на 5–6 порций берут 2–3 яичных белка, взбивают их в пену, наливают 1,5 стакана горячего бульона без жира и, не переставая взбивать, подливают постепенно в бульон, который надо очистить, и дают ему кипеть некоторое время с белками, после чего процеживают сквозь салфетку или полотно.

• Рыбный бульон осветляют взбитыми с солью яичными белками.

• Замоченный в холодной воде желатин добавляют в бульон перед осветлением.

• Осветленный бульон нельзя долго хранить: он помутнеет.

• Бульон из баранины хорош для картофельного и рисового супов, а из гусей и уток – для фасолевого и горохового.

• Бульон для жидкой солянки (супа) не надо варить концентрированным (нежелательно разводить бульон даже кипятком) – надо сразу взять нужное количество воды.

• Если нужно засыпать бульон рисом, манной или перловой крупой, то крупу всыпают в уже процеженный готовый бульон.

• Чтобы бульон с пельменями получился прозрачным, надо пельмени сначала опустить в кипящую воду, а лишь затем переложить их в кипящий бульон и сварить.

• На рыбном бульоне не рекомендуется готовить супы с мучными и макаронными изделиями.

• Если бульон будет некоторое время храниться, после процеживания его снова доводят до кипения, а затем охлаждают.

• Вкус бульона ухудшается, если его долго хранить в горячем состоянии.

• Разогревайте бульон на слабом огне, но не доводя до кипения. В этом случае он сохранит свою прозрачность. Крышка кастрюли не должна быть плотно закрыта.

• Качество бульона определяет вкус многих блюд, так как бульон – основа не только для супа, но и для ряда соусов и заливных.

Супы

• Супы, особенно супы-пюре, желательно варить в небольших количествах, на один прием. Даже если суп стоит в холодильнике, его вкус ухудшается.

• А вот щи из квашеной капусты, борщ, гороховый и некоторые другие супы, овощи для которых предварительно пассеровали, выдерживают на холоде более длительное хранение, не теряя качества. Их можно варить и на несколько дней.

Заправочные супы

• Заправочные супы (борщи, щи, рассольники и т. п.) варят на слабом огне и при слегка приоткрытой крышке, чтобы вместе с паром не улетучивались содержащиеся в овощах ароматические вещества.

• Некоторые продукты требуют перед варкой супа подготовки, например:

– стручки сладкого перца мелко нарезают (можно класть в суп сырыми или пассерованными);

– фасоль замачивают в холодной воде: на стакан фасоли 2–3 стакана воды (использовать потом эту воду нельзя);

– старый горох можно предварительно замочить. При варке

его заливают только холодной водой и варят при слабом нагреве в закрытой посуде. Нельзя добавлять холодную воду: горох теряет вкус. Если вода выкипела, следует добавить крутой кипяток. Солят горох, когда он почти готов (в подсоленной воде он варится дольше и может развариться);

– перловую крупу нужно замочить в холодной воде на 5–6 часов, затем сварить почти до готовности, слить воду и доварить в молоке. В суп кладут сваренную перловую крупу, тогда он не приобретет неприятного синеватого оттенка;

– рисовый суп будет прозрачным, если перебранный и промытый рис на 3–5 минут положить в кипящую воду, откинуть на сито и только потом положить в суп.

• Закладывают овощи в суп за 20–30 минут до готовности. Коренья и лук перед закладкой в супы обжаривают, чтобы во время варки из них не улетучивались ароматические вещества.

• Морковь следует пассеровать еще и потому, что содержащийся в ней витамин А при такой обработке лучше сохраняется.

• Картофель в супе варят до полуготовности, а затем кладут кислые продукты: соленые огурцы, квашеную капусту, грибы, помидоры и т. д.

• В суп с макаронами картофель кладут через 10–15 минут после макарон, а в суп с лапшой или вермишелью – одновременно.

• Пшено кладут в суп вместе с овощами.

• Раннюю капусту кладут в суп после картофеля, цветную или брюссельскую капусту – вместе с пассерованными овощами.

• Лавровый лист, перец горошком и пассерованные овощи нужно класть в суп перед окончанием варки, чтобы они не потеряли присущий им аромат.

• Не оставляйте в готовом супе лавровый лист.

• Мелко нарезанный корень петрушки и сельдерея кладут в суп за 10 минут до конца варки.

• Щавель, крапиву кладут в суп за 7–10 минут до готовности (чтобы сохранилось больше витамина С и чтобы кислота не мешала провариваться картофелю).

• Толченый чеснок добавляют в суп в самом конце варки или кладут прямо в тарелки.

• Овощи для рыбных, грибных, а также вегетарианских супов рекомендуется обжаривать на столовом маргарине, растительном или сливочном масле, а для молочных супов – только на сливочном масле.

• Рыбные консервы в собственном соку или в томате добавляют в заправочные супы за 10–15 минут до окончания

варки.

• При варке супа после введения каждого из продуктов бульон нужно быстро довести до кипения.

• После того как бульон заправлен, прибавьте огонь. Когда суп закипит, снова уменьшите нагрев.

• Размешивать супы следует медленными кругообразными движениями.

• Соотношение воды и остальных продуктов в супах должно быть точно сбалансированным. При этом во время варки не желательно ни отливать, ни добавлять жидкость – и то и другое может ухудшить вкус.

• Если во время варки супа требуется долить воды, доливайте только кипяток.

• При варке супа нельзя давать ему перекипать, суп надо почаще пробовать, вовремя исправляя ошибки и следя за консистенцией мяса, рыбы, овощей.

• Солить супы следует с осторожностью. Добавить соли легко, а вот убавить очень трудно. Нужно помнить, что сосиски или квашеная капуста сами содержат много соли, которая в процессе приготовления перейдет в суп. Поэтому супы лучше солить ближе к концу варки и непременно пробовать перед подачей на стол.

• Добавляйте соль в кипящий суп, потому что подсоленный суп дольше закипает.

• В пересоленный суп лучше не добавлять воду, а опустить в него марлевый мешочек с кашей, отваренной без соли, и прокипятить. Есть еще такой способ: положите в столовую ложку кусочек сахара-рафинада и опустите в суп. Когда сахар начнет таять, выньте ложку. Это можно повторять несколько раз, меняя сахар. Можно положить в суп несколько сырых картофелин, которые впитают в себя излишек соли.

• В пересоленный холодный суп можно положить мятый и разведенный отваром картофель, сваренный без соли.

• 2–3 ломтика свежего хлеба, положенные в пересоленный суп на несколько минут перед самой подачей на стол, исправят его вкус.

• Употребляемые для заправки супов сметану и яичный желток размешивают в миске, а потом выливают в кипящий бульон.

• Если яйцо вбить в кипящий или горячий суп, оно свернется сероватыми нитями, станет невкусным. Если же влить его в смесь супа (воды) и кислоты, сбитой с маслом, причем имеющей температуру несколько ниже, чем суп, то яйцо не только не свернется, но от кислоты приобретет эластичность, цвет его станет ярче. Кроме того, оно сварится так, что будет не жидким и

не твердым, а медузообразным и в супе будет плавать не на поверхности, а в середине жидкости. Такой суп очень эффектен.

• Есть еще и такой способ: перед тем как класть в суп сырое яйцо, его надо смешать с небольшим количеством охлажденного бульона – тогда оно равномерно распределится в супе.

• Готовя заправку для супа, надо прежде всего тщательно размешать поставленные на огонь масло и муку, а потом подливать процеженный бульон, все время помешивая.

• Во многие заправочные супы кладут томат-пюре или свежие помидоры. В этом случае раньше поджаривают овощи, а томат добавляют уже перед окончанием обжаривания, чтобы овощи не стали жесткими. Во всех случаях томат-пюре не рекомендуется класть в суп сырым – его нужно слегка поджарить с жиром.

• Если томат-пюре не дает остроты, можно добавить в него лимонную кислоту или уксус.

• Готовые заправочные супы рекомендуется 10–15 минут подержать на краю плиты – жир собирается на поверхности, и суп становится прозрачнее.

• Маслины добавляют в супы перед подачей их к столу.

• Сметану для супа подают отдельно в соуснике или кладут в тарелку непосредственно при подаче на стол, так как суп со сметаной храниться не может и непременно скиснет.

Борщи

• Борщи готовят на бульонах (костном, мясном, грибном, иногда из птицы) и вегетарианские. Все борщи имеют кисло-сладкий вкус и красноватый цвет. Для получения кисловатого вкуса в борщ добавляют томаты, или лимонную кислоту, или уксус, или кисловатый квас, а для сладковатого привкуса – сахар.

• Для борща выбирают жирную грудинку.

• Нарезанную соломкой или натертую на терке свеклу для борща тушат в закрытой посуде с жиром, небольшим количеством бульона или воды, помидорами, или томатным соком, или томатом-пюре и сахаром – вначале на сильном огне, а когда жидкость закипит и свекла осядет, поддерживают слабое кипение. Можно сварить свеклу в кожице, затем очистить и также нарезать. Тогда свеклу кладут в кастрюлю вместе с пассерованными овощами и томатом-пюре. Можно свеклу запечь: ее пекут, снимают кожицу и нарезают соломкой.

• Не кладите в кастрюлю все овощи одновременно: одни быстро разварятся, другие останутся недоваренными. Поэтому, например, в мясной борщ сначала положите капусту, а через некоторое время картофель. За 10–15 минут до готовности мяса

добавьте спассерованные коренья и тушеную свеклу.

• Свежие помидоры кладут в борщ за 10 минут до окончания варки, а после них – тушеную свеклу.

• Квашеную капусту в борщ кладут после того, как картофель уже немного проварился, иначе он останется твердым. Кстати, квашеную капусту предварительно проваривают в небольшом количестве воды или бульона, а затем кладут в борщ.

• При варке борща по-московски в бульон рекомендуется класть кости от ветчины или копченую свиную грудинку; для борща по-флотски – бекон.

• Борщ с клецками лучше варить на утином или гусином бульоне.

• Если борщ потерял свой цвет и недостаточно острый, в него нужно добавить настой из свежей свеклы. Для этого натереть свеклу на терке, залить горячим бульоном, добавить немного 3 %-го уксуса и довести до кипения (но не кипятить), дать настояться 30 минут и процедить.

• Если борщ пересолен, то часть бульона можно заменить пассерованными свежими помидорами или пассерованной мукой, разведенной несоленым бульоном.

• Для приготовления зеленого борща часто используют шпинат и щавель, которые рекомендуется предварительно проварить на пару без добавления воды. Тогда каротин в зелени сохранится полностью, потери же витамина С составляют не более 10 %. Если же нет возможности приготовить зелень на пару, варите ее в небольшом количестве воды (припустите). При такой обработке теряется всего 30–35 %. Можно зелень слегка обжарить на сливочном масле, а затем добавить в бульон.

• К зеленому борщу хорошо подать сладкие ватрушки с творогом и изюмом.

• В борщ на грибном бульоне вареные нашинкованные грибы кладут вместе с поджаренными овощами.

• В конце варки в борщ вместе с заправкой рекомендуется класть нарезанный соломкой сладкий (болгарский) перец, который витаминизирует и ароматизирует борщ.

• Чернослив кладут в борщ в конце варки.

• Разогревать борщ нужно на слабом огне и ни в коем случае не кипятить, иначе испортится цвет и вкус.

Щи

• Щи готовят из свежей или квашеной белокочанной капусты, савойской капусты и молодой капустной рассады. Используют также щавель, шпинат, а ранней весной и крапиву.

• Щи готовят на мясном, рыбном и грибном бульонах, овощном и крупяном отварах.

• На рыбном бульоне чаще всего готовят щи из кислой капусты.

• Для мясных щей хороша говяжья грудинка (предварительно ее варят – более чем до полуготовности).

• Раннюю капусту нарезают вместе с кочерыжкой.

• Свежую капусту, нашинковав, сразу кладут в кипящий бульон.

• В щи из свежей капусты пассерованные морковь и лук, дольки свежих помидоров кладут за 10–15 минут до готовности. Томат-пюре пассеруют и кладут за 5–7 минут до готовности.

• Если щи из свежей капусты готовят без картофеля, их заправляют пассерованной мукой.

• Если холодные зеленые щи без картофеля пересолены, то можно добавить мятый, сваренный без соли картофель.

• Если щи из свежей капусты горчат, то необходимо отделить жидкую часть щей, гущу залить бульоном или горячей водой, довести до кипения, заправить пассерованной, а потом разведенной (бульоном или водой) пшеничной мукой, специями и проварить на слабом огне 5–7 минут.

• Поскольку щи из свежей капусты сами по себе обладают нежным вкусом и тонким ароматом, не нужно добавлять в них томат, много специй.

• При варке щей надо помнить, что квашеную капусту кладут в холодный бульон (или воду), а тушеную – в кипящий. Кстати, квашеную капусту нужно проварить отдельно, а затем уже закладывать в щи.

• Квашеная капуста должна быть умеренно кислой – слишком кислую промывают холодной водой и отжимают.

• Щи из квашеной капусты солят, когда капуста уже сварилась (иначе можно щи пересолить).

• Если щи из квашеной капусты получились слишком кислые, то в этом случае часть жидкости заменяют овощным отваром или свежим бульоном, после чего щи надо прокипятить. Можно заправить щи пассерованной мукой, разведя ее бульоном.

• Вкусные щи можно приготовить даже из очень кислой капусты, для этого часть ее заменяют свежей. Припускают только квашеную капусту, а свежую кладут в кипящий бульон.

• Если щи недостаточно острые, можно добавить либо припущенный щавель, либо лимонную кислоту.

• Для быстрого приготовления борща или щей можно заранее сделать полуфабрикаты. В холодильнике отлично «переночуют» бульон, вареная неочищенная свекла, обжаренные овощи – лук,

морковь, белые коренья. А завтра останется только заправить борщ овощами. Это быстро, и, главное, сохраняется питательная ценность блюда.

• Борщ или щи обычно вкуснее на второй день, когда они настоятся.

• К борщам и щам из свежей капусты можно подавать ватрушки с творогом или пирожки; к щам из квашеной капусты – крупеник, гречневую рассыпчатую кашу или кулебяку.

Рассольники

• Рассольник – жидкое горячее первое блюдо на кислосолевой огуречной основе, вегетарианские или чаще с субпродуктами.

• В состав рассольников входят соленые огурцы (огурцы должны быть качественные, без «бочкового», плесенного запаха, он может перейти в суп), картофель, морковь, репа, брюква, крупа, пряные овощи и пряная зелень (лук, сельдерей, петрушка, пастернак, укроп, эстрагон, чабер) и классические пряности (лавровый лист, душистый и черный перец).

• В рассольник идут преимущественно субпродукты – либо одни только говяжьи или телячьи почки, либо все годные в пищу потроха (желудок, печень, сердце, легкие, шейка, ножки) домашней птицы.

• Крупа для рассольника:

перловая – в рассольник с почками;

рисовая – с потрохами курицы и индейки;

ячневая – к утиным и гусиным потрохам;

гречневая и рисовая – в вегетарианский рассольник.

• Перловую крупу перед варкой надо несколько раз промыть горячей водой, чтобы рассольник не получился слизистым.

• Перловую крупу для рассольника можно не отваривать, а пассеровать на масле. При этом вкус рассольника значительно улучшится.

• Соленые огурцы с тонкой кожицей и мелкими семенами можно класть в рассольник неочищенными.

• Нарезанные подготовленные огурцы варят в небольшом количестве бульона или воды до полуготовности (15–20 минут). Варить в огуречном рассоле нежелательно – огурцы до полуготовности не дойдут, помешает молочная кислота рассола. Подготовленные огурцы кладут в суп только после того, как будут почти готовы капуста, картофель, пассерованные овощи, – иначе они, особенно картофель, останутся твердыми. Причина та же: кислая среда.

• Белые коренья (петрушка, сельдерей, пастернак) лучше

добавлять в рассольник сырыми и не ранее чем за 15 минут до окончания варки. Но если кореньев достаточное количество, чтобы супу придать аромат, их можно пассеровать.

• Если рассольник недостаточно острый, в него добавляют кипяченый процеженный огуречный рассол.

• Если рассольник слишком кислый (много соленых огурцов), надо добавить сваренный картофель (вместе с отваром).

• К рассольникам с рыбными продуктами сметану подавать не обязательно.

• Московский рассольник заправляют проваренной смесью желтков и молока (или сливок) – льезоном. Яичные желтки взбивают в однородную массу и, помешивая, постепенно добавляют горячее молоко. Эту смесь, тоже помешивая, проваривают на водяной бане (при 80–85 °С), пока не загустеет, и процеживают. Вместо молока можно взять сливки – их доводят до кипения, а потом горячими смешивают с желтком. Можно взять и целые яйца, но на одних желтках – вкуснее. Главное – не кипятить льезон!

• При подаче на стол рассольник посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Солянки

• Солянки – густые острые супы, соединяющие в себе компоненты щей и рассольников с добавлением маслин, каперсов, помидоров, лимонов, соленых или маринованных грибов.

• Солянки бывают трех видов – мясные, рыбные и грибные.

• Первые два вида готовят соответственно на мясном или рыбном бульоне, последние – на овощном или грибном. Бульоны эти разводятся огуречным рассолом.

• В грибную солянку лимон не кладут.

• Вкус консервированного или супа-концентрата можно улучшить, добавив в него перед подачей на стол немного сливок.

Уха

• Классическую русскую уху варят из тех рыб, которые дают прозрачный навар, отличаются клейкостью, нежностью и «сладостью». Это судак, окунь, ерш, сиг – из них получается лучшая, так называемая белая уха. К ним добавляют одну треть налима, сома, линя или язя.

• Уху следует варить в неокисляемой посуде (эмалированной, из нержавейки, глиняной).

• На втором месте по вкусу – уха из жереха, сазана, головля, сырка, карася, карпа, красноперки. Уха из этих рыб называется черной.

• Уха из красной рыбы – осетра, белуги, севрюги, нельмы, лосося – называется красной ухой, или янтарной, когда она особенно жирна и сделана с шафраном.

• Уху варят обычно не из одного какого-либо вида рыбы, а из двух, как минимум, и из четырех, как максимум. Исключением может быть уха из красной рыбы, которую варят из одного вида рыбы.

• Не годится для ухи плотва, лещ, пескарь, вобла, тарань, а также сельдевые всех видов, скумбрия, чехонь, бычки. Их лучше использовать для приготовления рыбных супов.

• Хорошую уху можно приготовить из морской рыбы. Это треска, палтус, макрурус, нототения, ледяная рыба, морской окунь и др. Причем лучше выбирать для ухи более молодую, мелкую рыбу. Наиболее удачно для ухи сочетание нежирной рыбы (трески, ледяной, макруруса, вомера) с жирной (палтусом, морским окунем, нототенией).

• Если уху готовят из мороженой рыбы, то ее кладут в воду в замороженном виде (почистить и помыть перед замораживанием).

• С рыбы, которую берут для ухи, не снимают чешую, рыбу только потрошат и тщательно моют.

• В уху кладут минимум овощей – небольшое количество картофеля, моркови и обязательно лук.

• Если уху готовят из живой рыбы, то в нее кладут только лук. Если же используют свежую, но уже уснувшую рыбу, то остальные овощи кладут обязательно. Кроме того, добавляют довольно большой набор пряностей: петрушку (корень и зелень), лук-порей, зеленый лук, укроп, черный перец, лавровый лист, эстрагон, пастернак, а в некоторые виды ухи добавляют шафран, мускатный орех, имбирь, анис, фенхель. Обычно набор пряностей зависит от сорта рыбы – чем жирнее рыба, тем больше требуется для ухи пряностей.

• Чрезвычайно важно для создания своеобразного вкуса и аромата ухи соблюдать правильный режим варки. Прежде всего для ухи необходимо подготовить бульон – кипящий подсоленный овощной отвар, куда на короткое время (от 7 до 20 минут) опускают рыбу. Основная цель подготовки бульона – создать такую среду для рыбы, в которой бы она не вываривалась полностью, то есть оставалась вкусной и сочной. С этой целью в бульоне вываривают мелкую рыбу, а также головы и кости (класть нужно в холодную воду), которые затем выбрасывают, а бульон процеживают и осветляют яично-белковой оттяжкой. И только

потом в этом (кипящем) рыбном бульоне отваривают куски более крупной рыбы или ее филе. Такой прием более подходит к приготовлению ухи из морской рыбы.

• Для придания рыбной ухе пикантного вкуса можно положить в нее свежее яблоко.

• Продолжительность варки рыбы зависит от ее вида: пресноводная рыба варится 15–20 минут (рыба сибирских рек – 25–30 минут), морская – 8–12 минут.

• Уха получится значительно вкуснее, если ее варить в открытой посуде на слабом огне.

• Уху считают готовой, если мясо рыбы слегка отстает от костей.

• Едят уху с черным хлебом или с рыбной кулебякой, пирогами, начиненными вязигой, саго, рисом и яйцами, луком либо рыбой (расстегаи).

• Рыбную солянку не следует готовить из мелкой и костлявой рыбы.

Крупяные супы

• Крупяные супы из перловой, овсяной крупы или риса, приготовленные на грибном или мясном бульоне, более вкусны.

• Если суп готовят с лапшой или рисом, то их на 2–3 минуты положите в дуршлаг, обдайте кипятком, а затем уже засыпьте в бульон – он не потеряет прозрачность. В такой суп кладут мало моркови, чтобы он не стал сладковатым.

• Чтобы суп с перловой крупой не приобрел синий оттенок, крупу отварите отдельно, а затем уже положите в суп.

• Супы с макаронами нельзя долго хранить и снова подогревать: они станут невкусными.

Вегетарианские супы

• Для обогащения вегетарианских супов можно использовать семена подсолнечника, тыквы, грецкие орехи и фундук. Для этого семена или орехи пропустить через мясорубку, добавить пряную зелень: базилик, эстрагон, укроп, петрушку, сельдерей. Все смешать, упаковать в стеклянные банки или пищевую пленку. Хранить смесь необходимо в холодильной камере, так как орехи содержат масло и могут прогоркнуть.

Соотношение семян, орехов и пряностей – произвольное. На порцию супа – 1 чайная ложка смеси.

• Качество супа можно улучшить, прибавляя в него свежее масло, желтки, сметану, зелень, а также экстракт суповых

кореньев, сушеные или свежие дрожжи. Свежие дрожжи предварительно поджаривают на масле. Сушеные дрожжи размешивают уже в готовом супе, лучше всего в тарелке.

• Не испортят вкус, но значительно обогатят витаминами и микроэлементами 1–2 столовые ложки свежеотжатого морковного, свекольного, лукового, капустного, лимонного и другого соков, добавляемых в первые блюда в конце приготовления.

Овощные супы

• Овощные супы можно готовить на мясном, костном или грибном бульонах, а также на воде и прозрачных овощных отварах. Овощные бульоны варят около часа.

• Чтобы овощи в супе не переварились, необходимо строго соблюдать определенную последовательность закладки овощей, учитывая продолжительность варки каждого вида. Так, вначале следует класть капусту, если она старая (а молодую – после картофеля), после того как бульон вновь закипит – картофель, а за 10–15 минут до конца варки – пассерованные коренья, лук и специи.

• Помидорами или томатом суп заправляют, когда он почти готов.

• Свеклу желательно отварить отдельно, а затем положить в суп после помидоров или томата.

• Только при таком условии можно сократить время тепловой обработки продуктов, не допустить их переваривания и, следовательно, уменьшить потерю витаминов.

• Овощные супы варят при слабом кипении, чтобы не улетучились ароматические вещества.

• Овощные супы, в которых нет крупы или картофеля, следует заправлять мучной пассеровкой: они станут гуще и в них лучше сохранится витамин С.

• Специй в овощные супы кладут немного или же не кладут совсем, так как эти супы достаточно ароматизированы самими овощами.

• Овощные супы должны настояться в закрытой посуде 10–15 минут. Пряности и соль равномерно пропитают все компоненты супа.

• Супы из свежих овощей желательно готовить перед подачей на стол, иначе в них уменьшится содержание витамина С. Если сваренный суп простоит 3 часа, количество витаминов уменьшится вдвое.

• Для повышения вкусовых качеств овощных супов добавьте в

тарелку сметану или простоквашу.

• К овощным супам можно подавать пирожки с мясным, рисовым, капустным, морковным фаршами.

• Картофельные супы можно готовить на мясном, костном, рыбном и грибном бульонах, а также на воде.

• Готовить картофельные супы можно из одного картофеля или с добавлением круп, бобовых и макаронных изделий, но обязательно с морковью, репчатым луком, петрушкой.

• При подаче в суп кладут кусочки мяса или рыбы и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа. Отдельно к картофельным и овощным супам подают пирожки и кулебяки.

• Для лукового супа очищенный, нарезанный тонкими ломтиками лук необходимо поджарить вместе с маслом и сахаром. Добавление сахара помогает луку стать коричневым.

• К луковому супу подают гренки, поджаренные на подсолнечном масле.

• Если суп готовят с мясными консервами, то мясо отделяют от жира и бульона. Бульон и жир вводят за 5–10 минут до готовности супа, а мясо кладут в тарелку при подаче к столу.

• Если суп готовят с клецками, то надо прежде всего сделать пробную клецку, чтобы посмотреть, не слишком ли она крепка. В таком случае в тесто добавляют немного молока. Если клецки разваривaются, то прибавляют яйцо и немного молотых сухарей.

• Чтобы клецки были более нежными, в замешиваемое тесто добавьте немного некислой сметаны.

• Бульон, в котором варились клецки, следует перед подачей на стол процедить через густое сито.

• Фрикадельки для супа отваривают в небольшом количестве бульона или воды и в суп кладут при подаче на стол. Отвар, в котором варились фрикадельки, соединяют с супом.

• Остроту супа харчо можно усилить, добавив в него красный (горький) стручковый перец. Чеснок в суп харчо кладут в конце варки.

• Супы из бобовых, приготовленные на грибном отваре, особенно вкусны.

Супы-пюре

• Супы-пюре отличаются нежным вкусом, легко усваиваются, поэтому их следует широко применять в детском и лечебном питании.

• Супы-пюре готовят из овощей, круп, бобовых, домашней птицы, дичи, телятины, печенки, рыбы.

• Продукты для супов-пюре мелко нарезают и варят в

небольшом количестве воды до готовности, затем протирают и в виде пюре вводят в бульон, отвар или соус.

• В супах-пюре главные составные части протирают сквозь сито (для протирания надо брать не бульонное частое сито, а более редкое) или на миксере. Протирая мясо или овощи, необходимо подливать бульон для того, чтобы в суп перешли все питательные вещества.

• Крупы разваривaются очень медленно, а протирание их в процессе приготовления супов-пюре – трудоемкий процесс. Крупу перебирают, тщательно промывают, всыпают в кипящую воду и варят до полной готовности при слабом кипении. Хорошо разваренную кашу протирают вместе со слизистым отваром.

• Гораздо быстрее можно приготовить суп-пюре из размолотых круп. Крупу промыть, просушить и смолоть (в мясорубке, кофемолке, блендере и т. д.). Затем сваренную массу протирают через сито и вводят в процеженный бульон (или в отвар, или в молоко, или в смесь молока с водой).

• При приготовлении супов-пюре из круп протертые овощи разводят подготовленным крупяным отваром, смесь доводят до кипения, добавляют горячее молоко или льезон (смесь молока или сливок с желтками), соль и сахар.

• Овощные супы-пюре можно готовить из картофеля, цветной капусты, свежих огурцов, кабачков, тыквы, свежих помидоров, моркови, зеленого горошка, а также из смеси овощей (например, картофеля, капусты и репы).

• Суп-пюре из помидоров (свежие помидоры кладут за 10–15 минут до окончания варки) заправляют смесью молока с желтком.

• Если суп-пюре из помидоров варят на молоке с бульоном, поджаренную муку разводят горячим молоком, а затем добавляют бульон и протертые овощи.

• Лучшие грибы для супов-пюре – шампиньоны, белые и сморчки.

• Чтобы суп-пюре из дичи был вкуснее, дичь до варки нужно слегка обжарить.

• Чтобы частицы протертых продуктов не оседали на дно посуды и были равномерно распределены, в суп-пюре (кроме супов из круп) добавляют белый соус из овощного отвара и муки, пассерованной с жиром или без него.

• Чтобы придать супу-пюре необходимую густоту, его можно заправить размоченным в бульоне и протертым через сито мякишем белого черствого хлеба.

• Суп-пюре заправляют молоком и маслом или сливками и йогуртом для улучшения вкуса и консистенции. Однако делать это надо в последнюю очередь, чтобы эти ингредиенты не

свернулись.

• Готовый суп-пюре должен быть однородным, без комков муки и кусочков непротертых продуктов, поэтому после варки его следует процедить.

• Цвет супа-пюре должен быть белым или соответствовать цвету продуктов, из которых он приготовлен, вкус – нежным, с хорошо выраженным ароматом основных продуктов.

• Жареными орехами или кусочками бекона очень вкусно посыпать суп-пюре из брокколи или суп-пюре из гороха.

• К супам-пюре можно подать гренки.

• Чтобы гренки, подаваемые обычно к супу-пюре, были вкуснее, их перед сушкой в духовке натирают зубчиком чеснока и посыпают тертым голландским сыром.

• Заправленный суп-пюре кипятить нельзя!

• В суп-пюре перед подачей к столу хорошо положить немного протертых продуктов: в суп из цветной капусты – отварную капусту, в суп-пюре из картофеля – свежий или консервированный зеленый горошек и т. д.

• Добавьте нарезанную петрушку, укроп, базилик или мяту в сметану или йогурт, а потом перелейте эту смесь в суп-пюре.

Холодные супы

• Холодные супы готовят на хлебном квасе, свекольном отваре, простокваше, кислом молоке. Холодный суп можно подкислить винным или фруктовым уксусом.

• Еще в начале XIX века окрошку подавали не как первое блюдо, а как закуску. Вероятно, это связано с тем, что в ее состав входят различные овощи, которые вместе с резким кислым квасом являются хорошим возбудителем аппетита и служат прекрасной закуской.

Само название блюда говорит о том, что все входящие в него продукты очень мелко режутся, то есть крошатся. Кроме кваса, огурцов, лука, картофеля, репы, яиц, в окрошках используют мясо, грибы, квашеную капусту и многие другие продукты.

• Окрошку следует готовить только из охлажденных продуктов.

• Окрошка станет намного вкуснее, если квас заправить растертыми вареными желтками, солью, сахаром, горчицей и сметаной.

• Готовя окрошку, хлебный квас можно заменить простоквашей или кислым молоком, разбавив их наполовину холодной водой, подкисленной лимонной кислотой.

• Если вы хотите приготовить окрошку, а кваса под рукой нет,

попробуйте использовать выдохшееся пиво или смесь белого вина и газированной воды.

• Заправка овощной окрошки может содержать вместо горчицы чайную или десертную ложку свеженатертого хрена, а также как можно больше разнообразной пряной зелени – укропа, петрушки, сельдерея и т. д.

• В старинной русской кухне в окрошках наряду с хлебным квасом использовались кислые щи (отвар), кислое молоко, огуречные и капустные рассолы.

• Подают окрошку двумя способами. При первом способе все продукты кладут в заправленный растительным маслом, солью, горчицей и сахаром квас, размешивают и затем разливают по тарелкам. При втором способе – нарезанные продукты кладут в салатники, а квас подают отдельно в кувшинах. При этом каждый по желанию накладывает в свою тарелку гарнир и наливает по вкусу квас.

• Еще не так давно любимым блюдом летнего стола у русских людей была ботвинья. Ее по праву называли королевой русских холодных супов. Название «ботвинья» происходит от древнерусского слова «ботеть» – толстеть. От этого слова произошло название листьев (ботвы) съедобных растений с толстым корнем (свекла и др.).

• В старину ботвинью готовили примерно так: брали либо листья свеклы, свежие или сушеные, либо молодую крапиву, либо шпинат и щавель, припускали, отжимали, мелко нарезали или протирали и разводили квасом. Затем добавляли мелко нарезанные лук, свежие или соленые огурцы, свеклу.

• Готовили ботвинью, как правило, с вареной рыбой (белугой, севрюгой, судаком), к столу же подавали вместе с ломтиками балыка из осетровых пород рыбы и гарниром из огурцов, зеленого лука, крабов, укропа, хрена.

• В свекольник закладывают молодую свеклу с ботвой, картофель, огурцы, редис, яйца, зелень, листья салата. Свеклу нарезают соломкой, припускают с уксусом (для сохранения цвета). Нарезанную ботву добавляют к свекле за 10–15 минут до готовности.

При подаче свекольник посыпают мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.

• Красивым украшением к холодным супам будут кубики льда, в которых заморожены крошечные веточки зелени или ягоды. Добавьте их к супу перед подачей на стол.

• Для хлебного супа годятся только тщательно высушенные сухари из хорошо пропеченного ржаного хлеба. Буханку свежего черного хлеба нужно нарезать тонкими ломтиками и высушить на

слабом огне в духовке, следя, чтобы не подгорели.

Молочные супы

• Молочные супы можно готовить на молоке цельном или разбавленном водой, сгущенном или сухом. Сухое молоко нужно предварительно растворить в воде.

• Молочные супы готовят с рисом, пшеном, манной или перловой крупой, домашней лапшой, макаронными изделиями, картофелем и овощами.

• Молочные супы рекомендуется варить в кастрюле с толстым дном и на слабом огне, чтобы не пригорело молоко. Кастрюлю, перед тем как налить молоко, необходимо ополоснуть холодной водой.

• Чтобы во время кипячения молока питательные вещества меньше откладывались на дно и стенки посуды, время от времени молоко необходимо помешивать ложкой.

• Если же молоко все-таки пригорело, его необходимо перелить в другую кастрюлю (не перемешивая). Чтобы устранить вкус пригоревшего молока, необходимо добавить щепотку соли, а кастрюлю с молоком погрузить в холодную воду.

• Сухое молоко для супа просеивают через сито, заливают небольшим количеством горячей воды (не выше 60–70 °С), при этом постоянно помешивая, чтобы не было комочков, затем опять добавляют воду (по норме), оставляют в прохладном месте на 30–40 минут и, помешивая, доводят до кипения.

• Макаронные изделия и крупы из целых зерен плохо разваривaются в молоке, поэтому для приготовления молочного супа их сначала до полуготовности проваривают в воде.

• Белокочанную, савойскую и брюссельскую капусту для молочного супа с овощами сначала бланшируют, а затем бросают в кипящее молоко. Цветную капусту предварительно разбирают на кочешки.

• Молочные супы размешивают медленно, круговыми движениями, постепенно расширяя круги. Если размешивать быстро, варка замедлится.

• Если молочный суп пересолен, то ошибку можно исправить, накрыв кастрюлю полотном, на которое насыпана соль: последняя втягивает в себя почти всю соль из супа.

• Можно уменьшить соль в молочном супе при помощи чистой губки: она вберет в себя часть соли.

• Поскольку молочные супы нельзя хранить длительное время, их готовят непосредственно перед употреблением (макаронные изделия и крупы можно отварить заранее).

• При подаче молочный суп заправляют сливочным маслом.

Сладкие супы

• Сладкие супы приготовляют из свежих, сушеных или консервированных плодов и ягод.

• Сладкие супы лучше варить в эмалированной посуде или в посуде из огнеупорного стекла.

• Свежие и сушеные плоды и ягоды предварительно перебирают и тщательно моют. Ягоды используют целыми, плоды нарезают ломтиками или кубиками.

• Сухофрукты перед варкой замачивают в холодной воде в течение 1,5–2 часов, затем варят в той же воде до готовности; варить нужно на слабом огне.

• Свежие плоды и ягоды закладывают в кипящую воду, добавляют сахар и варят до готовности.

• Супы получаются вкуснее, если сначала сахар вскипятить вместе с водой, а потом положить ягоды и фрукты.

• Можно половину фруктов и ягод протереть, оставшиеся ягоды положить в суп целиком, а фрукты нарезать ломтиками.

• Некоторые плоды, например груши, следует варить довольно долго, чтобы они сделались мягкими. Чтобы сварить их быстрее, надо в воду прибавить соду на конце ножа.

• Если варят ягоды незрелого крыжовника, то сначала очищенные ягоды обливают кипятком, закрывают и оставляют так на несколько часов; потом сливают воду, которая вобрала в себя ненужную кислоту. Для вымоченных таким способом ягод нужно меньше сахара.

• В протертые супы сахар кладут вместе с протертыми плодами.

• В супы на фруктовых отварах кладут лимонную или апельсиновую цедру, корицу, гвоздику и другие пряности.

• Если в плодовый суп кладут пряности, то их варят не более 15 минут, так как при более долгой варке они теряют большую часть своего аромата, который улетучивается с парами.

• Если в суп кладут лимонную корку, то ее срезают очень тонко.

• Корицу в суп кладут палочками, иначе она придаст супу неприятный вкус.

• Вермишель, лапшу, рис, клецки, вареники с ягодами для ягодных и фруктовых супов варят отдельно и кладут в суп перед подачей к столу.

• Если в супе используют крахмал, то супу дают вскипеть только один раз, так как при долгом кипении он сделается опять

жидким.

• Если суп из свежих плодов недостаточно кислый, в него можно добавить немного лимонной кислоты.

• Главное условие при использовании вина для супов – не давать ему кипеть, так как при этом вино значительно теряет во вкусе и аромате.

• Для супа рекомендуется крымское белое вино. Крепкие вина, например херес, бордо и др., не годятся для супов, так как они придают им горький вкус.

• Продукты прежде разваривают в воде, а затем уже добавляют вино.

• На 6–8 порций супа достаточно бутылки вина.

• Несколько ложек коньяка или рома, влитых в винный суп, придают ему приятный вкус и крепость.

• Во фруктовые супы кладут сливки или сметану.

• К фруктовым супам можно подать отварной рис, макаронные изделия, вареники с ягодами, рисовый и манный пудинги, а также запеканки из круп.

МЯСО, СУБПРОДУКТЫ, КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ДОМАШНЯЯ ПТИЦА, КРОЛЬЧАТИНА, ДИЧЬ

Все о мясе

• Говядину, свинину, телятину и баранину готовят по одной и той же технологии. Способ приготовления зависит от того, из какой части туши берется мясо. Постную и нежную телятину приготавливают скорее как птицу, чем как говядину.

• Для приготовления мясных блюд лучше всего брать мясо молодых животных. Его легко отличить по цвету. Мясо животных в возрасте до шести недель имеет окраску от светло-розовой до светло-красной и плотный белый внутренний жир. Мясо молодняка (до 2 лет) – светло-красного цвета с почти белым жиром. Мясо взрослых животных (2–5 лет) – сочное, нежное, красного цвета. У старых животных (старше 5 лет) мясо темнокрасного цвета, жир – желтый.

• Наилучшими питательными свойствами обладает говядина, полученная от животных в возрасте до пяти лет, свинина – от животных 7–10-месячного возраста и баранина – от 1–2-летних животных.

• Не рекомендуется употреблять в пищу еще не остывшее парное мясо: оно очень грубое, жесткое, плохо усваивается и обладает неприятным запахом. Наилучшими вкусовыми качествами обладает созревшее мясо, то есть такое, которое после убоя животного выдержано примерно в течение суток.

• Доброкачественное мясо покрыто тонкой корочкой бледно-розового или бледно-красного цвета, в местах разрезов почти сухое и не прилипает к пальцам. Мясо не должно быть склизким на ощупь. При ощупывании его поверхности рука остается сухой, ямки от надавливания пальцами быстро исчезают.

• Для определения свежести мяса нужно проколоть его нагретым ножом или вилкой. Если оно недоброкачественное, нож или вилка приобретают неприятный запах.

• Говядина с тонкими светлыми прожилками (где жир лежит ломаными линиями) и серо-розовым оттенком считается наиболее качественной.

• Наружный жир должен быть твердым и белым. Желтоватый оттенок наружного жирового слоя говорит о низком качестве продукта, за исключением случаев, когда животные выращивались на естественных пастбищах.

• Свиное мясо должно быть беловато-розового или серовато-розового цвета, сочное, но не сырое и масляное на вид. Суставы в ноге и в лопатке должны быть темнее, чем филейная часть, а на ощупь мясо должно быть твердым и влажным, но не мокрым. Прожилки жира – минимальны, а сам жир обязательно белый, твердый и хорошо обрезан.

• Филейная часть свинины всегда самая постная.

• Часть свиного жира во время кулинарной разделки удаляют.

• Мясо двухлетнего барана считается как ягнятина, а свыше 2 лет – бараниной.

• Сочное сладкое баранье мясо может стать изысканным блюдом.

• Мясо баранины выбирайте светло-красного цвета, твердое на ощупь, с заметными жировыми прожилками. Как правило, чем светлее мясо, тем моложе животное.

• Мясо старого барана бывает темнее, с более резким запахом.

• Жир должен быть белый, твердый и на ощупь слегка восковой. Многочисленные жировые прожилки свидетельствуют о сочности кусков мяса. Кости должны быть пористыми, не расщепленными и с красноватым оттенком на разрубленных краях. Нога может быть покрыта «пленкой» – влажной, податливой, сильно пахнущей, толщиной с лист бумаги, в которую словно бы обернут жир. Ее можно срезать, а можно и оставить.

• Баранина хорошо замораживается, поэтому ее можно есть круглый год.

• Мясо лучше всего размораживать медленно, на воздухе или в холодильнике, а не в воде, особенно теплой. Его не рекомендуется размораживать быстро, так как это ведет к потере мясного сока – мясо будет жестким, и вкус его ухудшится. Мясо следует обмыть, положить в кастрюлю или тазик, покрыть и оставить на 2–3 часа при комнатной температуре.

• Сок, выделившейся при оттаивании, можно использовать при приготовлении отдельных мясных блюд.

• Если нужно продлить время оттаивания, мясо обертывают толстым слоем бумаги и кладут в холодное место.

• Чтобы мясо оттаяло быстрее, положите его в микроволновую печь в режим размораживания или в нежаркую духовку или подержите в полиэтиленовом мешочке под струей холодной воды.

• Не начинайте готовить мясо, пока оно не разморозится.

• Оттаявшее мясо нужно сразу подвергнуть тепловой обработке, снова класть его в морозильную камеру не рекомендуется, ибо от этого ухудшается его структура и теряются

питательные свойства.

• Для освежения мяса, у которого появился запах, нужно его на 10–15 минут положить в охлажденный, слегка подслащенный отвар ромашки, а затем промыть в подсоленной воде. Можно также промыть в воде с небольшим количеством уксуса.

• Чтобы освежить мясо, у которого появился запах, на дно кастрюли кладут кусок древесного угля величиной с куриное яйцо, мясо разрезают на кусочки, моют холодной водой, опускают в кастрюлю с углем и заливают холодной водой, чтобы она полностью закрыла мясо; дают постоять 2–3 часа, затем уголь вынимают и варят мясо в той же воде.

• Если залежалое мясо хорошо промыть, посыпать сахаром, а затем солью, накрыть и положить на пару часов в холодильник, то оно потеряет дурной запах и станет пригодным к употреблению. Можно залежалое мясо опустить в слабо-розовый раствор марганца на 10–15 минут, эффект тот же.

• Если нет уверенности в свежести мяса, его следует варить, а не жарить. При длительной варке бактерии, которыми оно может быть заражено, гибнут, а поджаривание не гарантирует полной гибели болезнетворных микробов, находящихся в толще мяса.

• Мясо перед приготовлением следует хорошо промыть в теплой воде, а затем в холодной целым куском, не нарезая, – так из него меньше вымывается сок и оно будет вкуснее. В воде мясо держать не следует: теряется часть белков и солей, что ухудшает вкус мяса.

• Большие куски свинины следует мыть под струей холодной воды, а маленькие лучше всего поскоблить ножом, так как при мытье они теряют слишком много сока.

• После того как мясо было обмыто, оно должно быть очищено (осторожно, чтобы не повредить мышечную ткань) от пленок и сухожилий.

• Мытое мясо надо готовить сразу, хранить его нельзя.

• Сырое и вареное мясо необходимо разделывать на разных досках, а нож и мясорубку после обработки сырого мяса тщательно мыть горячей водой с мылом.

• В зависимости от приготовляемых вами блюд, мясо нарезается вдоль или поперек волокон. Нарезанное поперек волокон мясо быстрее прожаривается и имеет более мягкий вкус. Однако в этом случае оно теряет много сока, в связи с чем его вкус ухудшается. В восточной кухне мясо нарезают вдоль волокон толщиной

3–5 мм и обжаривают на углях или чугунной решетке. При таком приготовлении оно лучше сохраняет свои вкусовые качества.

• Вырезку легче нарезать, если ее слегка подморозить.

• Разные части туши обладают различными кулинарными достоинствами, поэтому следует знать, из какой части что готовить. Самую мягкую и нежную часть говяжьей туши – вырезку – жарят целиком или порционными кусками. Такое же назначение имеют толстый и тонкий края. Верхнюю и нижнюю части задней ноги жарят порционными кусками, а боковую и наружную – тушат, отваривают и используют для приготовления котлетной массы. Грудинку, покромку, голяшку чаще всего варят, а из шеи, пашины и обрезков готовят котлетную массу, фарш и оттяжки для бульонов.

• У свинины и баранины для жарки целиком, крупными и мелкими порционными кусками используют корейку и заднюю ногу, для жарки и тушения целиком и мелкими кусками – лопатку и грудинку, для приготовления котлетной массы и фарша – шею.

• Баранина, если ее готовить слишком долго, становится суховатой. Желая получить сочный кусок мяса, не следует при приготовлении блюда превышать 70 °С.

• Для приготовления супов из говяжьего мяса используют голову, лопатку.

• Грудинка, длинные ребра (край) употребляются для щей, борща, зеленых щей и т. д. Передняя часть грудинки – самая вкусная.

• Большинство животных обладает мясом со специфическим запахом, который при кулинарной обработке стараются либо сохранить и усилить, либо ослабить, готовя их с определенными пряностями и овощами, применяя определенные жиры:

– баранина – лук, горох, бадьян, корица, картофель, морковь, чеснок;

– оленина – можжевеловые ягоды, розмарин, брусника, клюква, свиное сало, молоко;

– медвежатина – можжевеловые ягоды, лук, чеснок, свиное сало.

• Ослабляют, нейтрализуют специфический запах следующих видов мяса:

– свинина – сахар, капуста, подсолнечное масло, лук, чеснок;

– зайчатина – уксус, кислое вино, вымачивание в воде, картофель, тесто, морковь, свекла.

• У говядины и телятины отсутствует специфический запах, их мясу при приготовлении можно придать любой аромат, а также сделать его более жирным.

• Сырое мясо во всех видах не следует солить до приготовления, так как это вызывает преждевременное выделение

мясного сока, ухудшает вкусовые качества мяса и снижает его питательность. Исключение составляет мясо, запекаемое в тесте.

• Пересол мяса легко исправим путем добавления либо пресного мучного или масляного соуса, который моментально оттягивает соль на себя, либо путем добавления к жареному мясу сметаны, которая дает вкусную подливу с избытком соли и мясного сока. При этом не следует нагревать сметану вместе с мясом – эффекта не получится или надо много сметаны. Горячее пересоленное мясо надо просто положить в миску с холодной сметаной и дать постоять до тех пор, пока оно не остынет. Лишь после этого можно мясо греть.

• Жесткое мясо станет нежнее, если перед приготовлением его вымочить в молоке или положить на 2–3 дня в холодильник.

Можно также накануне нарезать мясо полосками и на ночь замочить в лимонном соке.

• Жесткое мясо можно сделать мягче несколькими способами. Можно положить в суп или жаркое хорошо вымытую пробку из пробкового дерева или питьевую соду. Если это не дает желаемых результатов, мясо следует перемолоть, добавить яйцо, специи, обжарить в жире и положить в суп. Молотое мясо можно использовать также для других блюд.

• Плоды киви богаты ферментами, способными растворять белок, и поэтому, если натереть кусок мяса мякотью киви и дать ему некоторое время постоять, то после приготовления оно будет необыкновенно нежным.

• При варке или жарке полностью удалять жир с мяса не рекомендуется, так как тонкий слой его не дает влаге выделяться и мясо получается более сочным.

• Значительно сокращает время кулинарной обработки и улучшает вкус мяса бланшировка. Его освобождают от сухожилий, костей, жира, нарезают поперек волокон кусками по 100 г и бросают в кипящую воду на 5–7 минут. За это время теряется практически столько же экстрактивных веществ, как и при отваривании. Полученные таким путем полуфабрикаты можно тушить, делать из них котлеты, паштеты, тефтели.

• Время варки мяса зависит от его вида, возраста животного, части туши и размера куска. Говядину большим куском варят приблизительно 2–3 часа, телятину 1–1,5 часа, баранину – 2–2,5 часа, свинину – 1,5–2 часа, молодую курицу – до 1 часа, цыплят – 30 минут, старую курицу – 3 часа.

• Из 1 кг сырой мясной мякоти получается около 600 г вареного мяса.

• Говядина быстрее уварится, если ее предварительно отбить молотком и добавить 2–3 столовые ложки уксуса на 2 л воды.

• Твердую говядину рекомендуется варить, прибавив чайную ложку уксуса, – она станет вкуснее и быстрее дойдет до готовности. Для этой же цели можно перед варкой натереть мясо содой или сухой горчицей и дать ему полежать 3–4 часа, затем промыть и варить.

• Постные куски говядины становятся более нежными, если вы будете варить их долгое время в ароматной жидкости.

• При варке на слабом огне и едва заметном кипении вкус вареного мяса ухудшается, а вкус бульона улучшается, и, наоборот, при сильном кипении качество мяса лучше, бульона – хуже.

• Чтобы получить сочное и вкусное отварное мясо, его необходимо положить в кипящую воду (чтобы она только покрыла мясо), довести до кипения, снять пену и варить при слабом кипении в закрытой посуде (при сильном кипении волокна мяса сильно разрыхляются и в готовом виде делаются сухими). Затем за 15–20 минут до окончания варки положить лавровый лист, за 5 минут – перец горошком, в конце варки – соль.

• Мясо, отваренное мелкими кусочками, будет менее сочным и вкусным, чем приготовленное большим куском.

• При варке нельзя полностью удалять жир с мяса, так как его тонкий слой не дает влаге выделяться и мясо получается более сочным. Соль кладут в конце варки.

• Старайтесь не переваривать мясо, так как при нарезании на порции оно крошится.

• Готовность мяса можно определить, проткнув его в самом толстом месте острым ножом или поварской иглой: нож должен проходить легко, при этом из места прокола выделяется прозрачный розоватый сок. Мясо нужно прокалывать до середины куска, чуть-чуть подержать нож в нем, а затем вынуть.

• Из вареной грудинки легко вынуть кости, когда она еще горячая.

• Тушки поросят перед варкой надо тщательно промыть и завернуть в салфетку или пергаментную бумагу, предохраняющую кожу от образования на ней темных пятен от соприкосновения с дном и стенками посуды.

• Телячьи ножки нельзя погружать в кипящую воду, так как они деформируются. Обработанные телячьи ножки заливают холодной водой и варят 3–3,5 часа при слабом кипении. Соль кладут в конце варки.

• Перед варкой холодца ножки разрезают вдоль и вымачивают в холодной воде, меняя ее 2–3 раза; затем их скоблят и промывают.

• В холодце часть ножек можно заменить говяжьей голяшкой

или губами: холодец будет прозрачнее и вкуснее.

• Холодец варят при слабом кипении, снимая накипь и жир.

• Толченый чеснок кладут в холодец после снятия его с огня.

• Мясо для холодца (вынув его из навара) режут ножом на мелкие кусочки (через мясорубку пропускать не рекомендуется).

• Перед разливкой холодец должен быть чуть-чуть пересоленным (когда холодец застынет, пересол исчезнет).

• Для обогащения холодца витаминами и минералами в готовое мясо перед заливкой наваром можно добавить нарезанные кусочками отварные морковь, пастернак или сельдерей. Овощи сварить в отдельной кастрюле.

• Холодец может не застыть по двум причинам: в нем много воды или он варился недостаточно долго. И в том и в другом случаях поможет желатин. Залейте его кипяченой холодной водой и, когда он увеличится в объеме в несколько раз, растворите в теплой воде и прибавьте к холодному.

• Холодец нельзя хранить при минусовой температуре.

• Соленое мясо перед варкой вымачивают в течение 5–12 часов в воде (воды вдвое больше, чем мяса). В зависимости от величины куска и посола воду меняют 3–5 раз.

• Солонину при варке заливают холодной водой.

• Если соленые мясные продукты не вымочены, их следует варить в большом количестве воды (до 3 л на 1 кг мяса) или бланшировать в кипящей воде.

• Мясо (вареное, жареное) всегда нарезайте поперек волокон и острым ножом.

• Чтобы куски отварного мяса остались сочными, их следует хранить в отваре, закрыв посуду крышкой.

• При разогревании сваренного мяса надо сбрызнуть его водой, положить на сковороду, накрыть крышкой и прогреть на небольшом огне или в микроволновой печи (вместо сковороды взять огнеупорную стеклянную кастрюлю с крышкой). Вареное мясо прогревают недолго, иначе оно потеряет сочность и станет жестким.

• Если вареное мясо подаете в супе, то мясо лучше не разогревать, а положить в горячий суп.

• Для тушения мяса из говядины берут бифштексный, филейный кусок, кострец, огузок, бедро и хвост.

• Для тушения из телятины берут телячьи ножки, шейную часть, грудинку, лопатку.

• Для рагу кусочки телятины отрезаются от шеи или лопатки.

• Чтобы жаркое получилось без костей, берите мясо не из середины шеи, а с краев. Кости можно использовать для приготовления бульона или соуса.

• Разные части свиной туши не столь различаются по мягкости, как у говядины, поэтому многие куски одинаково подходят для жарки и тушения.

• Для тушения из свинины берут оковалок или лопатку, целиком или разрезанные на отбивные из ноги, передний окорок, грудинку.

• Постные кусочки свинины лучше всего подходят для варки и тушения, тогда мясо будет более сочным и нежным, чем при жарке.

• С говядины и свинины обрежьте лишний жир перед тушением.

• Подходящие части для тушения баранины – шея, ножки, грудинка. Кусочки баранины для рагу отрезают от лопатки.

• Большие куски говядины сохраняют свою форму во время длительного медленного тушения.

• Говяжье жаркое будет пикантным по вкусу, если перед приготовлением (за 2 часа) мясо смазать готовой горчицей и, не смывая, тушить.

• Телятину можно тушить с добавлением пива – это придает мясу своеобразный аромат.

• Телятина при тушении приобретет особо нежный аромат, если за 5–10 минут до готовности положить корочки лимона.

• Костный мозг в телячьих ножках добавляет рагу жирности.

• Свиные отбивные останутся сочными, если вы их подрумяните в растительном масле, а затем потушите в сковороде с плотно закрытой крышкой. Сок из-под отбивных станет основой вкусного соуса. Чтобы отбивные были более мягкими, тушите их подольше.

• Свиные ножки можно тушить с кислой капустой.

• Соединительная ткань вокруг мышц шеи баранины при тушении распадается. Кусочки шеи с костями делают рагу жирнее.

• Отчетливый запах баранины остается и после заправки овощами, пряными травами и специями. При долгом и медленном приготовлении мясо на ножке баранины легко отделяется от кости, становится нежным, а приправы пропитывают баранину и овощи.

• У бараньих ножек превосходный вкус, хотя они не такие мягкие, как другие части. Поэтому лучше всего их тушить в густом соусе. Лимон, помидоры и сухофрукты – хорошее добавление, которое улучшает вкус мяса.

• Перед тушением мясо необходимо нарезать кубиками приблизительно одного размера, чтобы они равномерно готовились.

• Перед тушением обсушите мясо бумажными полотенцами – так оно быстрее подрумянится.

• Чтобы мясо было вкуснее, ароматнее, его нужно сначала поджарить на сильном огне, чтобы оно зарумянилось, а затем тушить.

• Тушите мясо на сковороде или в кастрюле с плотно прилегающей крышкой, которая не пропускает пар.

• Можно приготовить мясо и в горшочках. Если у вас нет подходящих форм, сделайте их из фольги. Оберните двойным слоем фольги основание высокого стакана (на треть высоты стакана) и прижмите фольгу к бокам стакана. Снимите фольгу и используйте ее в качестве форм.

• Мясо тушат двумя способами. Первый – если хотят, чтобы соус был темным, а мясо сочным, готовят на слабом огне и только на жире, периодически подливая воду или бульон. Мясо тушится, таким образом, в собственном соку. По другому способу мясо, обжарив на жире, заливают кипящей водой слоем в один палец и тушат до тех пор, пока вся жидкость не выпарится. Мясо нужно изредка переворачивать, чтобы на нем не образовалась корочка. И в первом и во втором случае кастрюля должна быть плотно закрыта.

• При тушении мяса нельзя допускать бурного кипения жидкости, вызывающего потерю аромата и сильное выкипание. Только при медленном тушении можно получить блюдо со свойственными ему особенностями.

• Солить мясо нужно примерно за 30 минут до готовности.

• Если вы пересолили тушеные блюда, надо добавить нарезанные и слегка пассерованные свежие помидоры и довести до кипения.

• Мясо тушат с кореньями, репчатым луком, перцем, лавровым листом, зеленью петрушки, укропом. Можно использовать и другие пряности – корицу, гвоздику, тмин, майоран, а также сухое виноградное вино, квас, овощные и фруктовые маринады. Общий вес приправ должен быть 100 г на 1 кг мяса.

• Время тушения мяса зависит от его вида и размера куска. Так, время тушения порционных кусков говядины составляет 40–60 минут, а больших кусков – 2–2,5 часа.

• Совершенно особенный аромат жаркое получит после маринования в вине с добавлением трав и овощей. Мариновать нужно длительное время.

• Если тушеное мясо готовят с овощами, то их закладывают, когда мясо станет мягким или в уже готовый соус, и тушат в течение короткого времени.

• Чернослив в тушеное мясо кладут не позднее, чем за 20 минут до конца тушения.

• Мясо будет тушиться значительно быстрее и будет мягче, если в него добавить томат-пюре, гранатовый сок, лимонную кислоту или уксус.

• Чтобы сохранить сочность и аромат тушеного мяса, надо перед приготовлением обмакнуть его в муку, смешанную с солью и перцем, и слегка поджарить, пока из мяса не будет выделяться сок.

• Во время тушения мяса старайтесь пореже поднимать крышку, чтобы не остужать блюдо.

• Прибавив в конце тушения при испарении жидкости не воду, а более плотную кислую жидкость – сливки, сметану, сок, уксус, виноградное вино в небольшом количестве, вы предотвратите подгорание и улучшите вкус и консистенцию блюда.

• Пригоревшее блюдо можно спасти, если сразу же переложить его в чистую кастрюлю, накрыть салфеткой, сверху на салфетку насыпать соль и продолжать варить.

• Незадолго до готовности тушеного блюда можно с добавочной жидкостью ввести муку для загущения подливки.

• Рагу будет вкуснее и ароматнее, если его приготовить заранее (за день), а затем охладить в течение ночи. Перед повторным разогреванием снимите затвердевший жир.

• Для жарки в гриле, на барбекю или на сковороде лучше всего подходят постные, мягкие куски мяса. Подходящие части говядины: грудинка, бифштекс на ребрышке, кострец, филейный край, стейк из пашины, говяжий фарш; телятины – шейная часть, натуральные котлеты, отбивные, фарш из телятины и эскалопы; свинины – вырезка, отбивные и все филейные части, а также свиные ребрышки; баранины – отбивные из края или шейной части, отбивные из филейной части, целая баранья нога, голяшка, лопатка, грудинка. Они становятся лучше, если их замариновать, натереть специями или пряными соусами. Маринад служит двойной цели – добавить аромата и сделать мясо нежнее.

• Из 1 кг сырой мясной мякоти получается около 650 г жареного мяса.

• Перед нарезкой стейки и ростбифы должны вылежаться в фольге 10–15 минут. Соки осядут, обогатив аромат и сделав мясо более плотным, а резать его будет гораздо легче.

• Полуфабрикаты из тонкого края (ромштекс, антрекот) получатся шире, если нож держать под углом 45°. Полуфабрикаты из филейной вырезки следует нарезать строго поперек волокон, держа нож под углом 90°.

• Натуральные порционные куски из окорока или корейки нарезайте не толще 1,5 см.

• Подготовленные для жарки шницели должны быть очень тонкими.

• Готовя мясные полуфабрикаты типа натуральной котлеты или эскалопа, обязательно перерубите или надрежьте соединительную ткань: тогда изделия при жарке не будут деформироваться.

• Готовя шницели или отбивные котлеты, обязательно удаляйте все жилки, иначе изделия при жарке станут бесформенными.

• Мясо будет более мягким, если оно с прожилками.

• Если мясо с костями, то кости должны быть ровно обрезаны.

• Нарезанные для жарки куски мяса нужно слегка отбить. Отбивать мясо лучше всего на доске, смоченной холодной водой, так как сухое дерево впитывает мясной сок. Предпочтительнее в этом случае пластмассовые дощечки.

• Чтобы не разбрызгивался сок при отбивании мяса для шницелей, отбивных и т. д., мясо можно положить в пластиковый пакет на рабочую поверхность стола и отбить. Можно поместить мясо между двумя листами промасленной бумаги или завернуть в чистое кухонное полотенце и расплющить с помощью деревянной скалки.

• Положите под разделочную доску ткань, чтобы доска не соскальзывала.

• При отбивании мяса молоток следует держать плашмя, чтобы удар приходился одновременно на всю поверхность куска.

• Чтобы мясо лучше обжарилось, его следует хорошо обсушить. Проще всего это сделать бумажными кухонными полотенцами. Мясо впитает все приправы, избавится от лишней влаги, которая дает пар, замедляющий процесс прожаривания и зарумянивания.

• Мясо для шницелей и отбивных котлет станет нежнее, если его сутки выдерживать в винном уксусе.

• Отбивные и шницели будут мягкими, если их за 1,5–2 часа до приготовления смазать смесью уксуса с растительным маслом.

• Не срезайте с мяса весь жир, так как даже тонкий слой его удерживает сок, и изделие получается сочным.

• Мясо старых животных предварительно маринуют, что ускорит жарку и придаст мясу сочность. Для этого в 0,5 л воды отваривают репчатый лук (1 шт.), корень петрушки, одну морковь, добавляют молотый черный и душистый перец, соль, а затем вливают 1,5 столовой ложки 9 %-го уксуса. Отвар охлаждают, заливают им мясо и выдерживают 20–24 часа.

• Старое мясо перед жаркой можно смазать горчицей, тогда оно будет нежнее.

• Чтобы жесткое мясо стало нежным, вкусным и ароматным, его также следует мариновать. Для маринада можно использовать уксус, вино, лимон, в качестве ароматических овощей – репчатый лук, морковь, петрушку, а из приправ – черный перец, соль. Мясо, погруженное в маринад, рекомендуется на несколько часов вынести на холод.

• Перед тем как залить мясо маринадом, его (мясо) надо проколоть в нескольких местах поварской иглой, чтобы оно быстрее пропиталось.

• Куски мяса, залитые маринадом, можно положить в полиэтиленовый пакет, завязать его, удалить лишний воздух и поместить в холодное место.

• Чтобы куски мяса равномерно пропитались маринадом, их во время маринования нужно несколько раз перевернуть.

• Чтобы мясо было ароматным и сочным, его шпигуют кореньями, чесноком, лавровым листом, перцем с солью и свиным салом. Коренья для этого нарезают длинными брусочками, проколы в мясе делают под углом 45° по направлению волокон.

• Чтобы мясо было вкуснее, перед тем как жарить, подержите его несколько минут в кипящей воде.

• Солить и перчить жареное мясо нужно перед самым приготовлением, иначе из мяса уйдет много сока и оно станет жестким.

• Отбивные, биточки, бифштексы необходимо солить в готовом виде.

• Чтобы натуральные котлеты хорошо прожарились, мясо надрезают у косточки и частично отделяют от нее.

• Отбивные котлеты и шницели станут мягче, если их за 1–2 часа до жарки смазать горчицей или смесью уксуса и растительного масла.

• Если перед жаркой мясо посыпать сахарной пудрой, образуется вкусная румяная корочка.

• Панировать мясные или рыбные изделия нужно непосредственно перед обжариванием, иначе панировка обмокнет и готовое блюдо не будет иметь ни нужного вкуса, ни цвета.

• Чтобы панировочные сухари хорошо обволакивали мясо и не оставались на сковороде, мясо нужно предварительно обмакнуть в муку, во взбитое яйцо, а затем в сухари.

• Жарить мясо можно большими и маленькими кусками. Например, если говядину требуется поджарить большим куском (1,5–2 кг), то ее предварительно промывают, очищают от пленок,

обсушивают, посыпают перцем и солью, сразу же кладут на сковороду с сильно разогретым жиром, жарят со всех сторон, а затем ставят в духовку и жарят до готовности.

• Большие куски телятины, баранины, поросятины или кроликов не обжаривайте на сковороде, а сразу ставьте в духовку. Мясо в таком случае будет сочнее и вкуснее.

• Жарьте мясо на сковороде с толстым дном, оно нагревается равномернее.

• Когда поджариваете мясо, берите большую глубокую сковороду – тогда мясо поджарится быстро и не будет пригорать.

• Используйте достаточно масла, чтобы мясо не пристало к сковороде, и хорошенько разогрейте сковороду до того, как положите на нее мясо.

• Лучше всего мясо жарить на смеси растительного и животного жира.

• Поджаривая мясо кусочками, не наливайте на сковородку много жира, так как мясо впитывает его и очень тяжелеет.

• Поджаривать мясо (отбивные, биточки) нужно в горячем жире, иначе не образуется хрустящая корочка, мясо теряет свои вкусовые качества (будет вытекать сок, и мясо будет прилипать к сковороде). Но жир не должен быть перекален, так как на мясе быстро образуется корочка, оно может даже подгореть, а внутри останется сырым. Чтобы определить, достаточно ли разогрет жир, бросьте в него кусочек хлеба. Если вокруг него образовалась пена, хлеб всплыл на поверхность и поджарился до румяного цвета, значит, можно класть мясо, если же хлеб погрузился, жир следует еще подогреть.

• Если на сковороду насыпать немного соли, то жир во время жарки не будет разбрызгиваться.

• Не жарьте мясо и рыбу в одном и том же жире.

• На одной сковороде нельзя плотно укладывать много кусков мяса – оно плохо прожарится, из него вытечет много сока, и мясо станет жестким и не сочным, прежде чем появится румяная корочка.

• Если во время жарки добавить к мясу на сковороду нарезанный мелкими кусочками лимон (с коркой), то мясо приобретет приятный вкус (размягченный лимон нужно протереть вместе с выделившимся при жарке соком и продолжать жарить).

• Репчатый лук вместе с мясом на сковороду класть не надо: сырой лук неравномерно прожарится (некоторые кусочки подгорят), а пассерованный после вторичной тепловой обработки теряет вкус. Лук мелко нарезают и пассеруют. Готовый пассерованный лук мягкий, с желтоватым оттенком, сладковатый

на вкус и отдает запахом жареных грибов. Потом готовый лук смешивают либо с соусом, либо с готовым мясом.

• Шницель при обжаривании не пристает к сковороде, если на разогретый жир положить несколько кружочков моркови.

• При обжаривании порционных кусков мяса не рекомендуется закрывать сковороду крышкой (тогда мясо не жарится, а тушится).

• Мясо во время жарки переворачивайте специальной лопаткой. Если делать это вилкой, то через образующиеся отверстия вытекает сок, мясо становится сухим, теряет вкусовые и питательные свойства.

• Мясо при жарке часто не переворачивайте.

• Свежее мясо жарится на сильном огне не более 10–12 минут.

• После приготовления мяса слейте жир и добавьте в сковороду немного жидкости, чтобы снять ощущение жирности.

• Чем меньше кусок мяса, тушка домашней птицы или дичи, тем горячее должен быть духовой шкаф, в котором он жарится.

• Если вы жарите в духовом шкафу крупный кусок мяса, тушку птицы или дичи, обливайте его через каждые 10–15 минут жиром, в котором он жарится. Жирную свинину поливайте водой, но не холодной, так как от этого мясо становится жестким.

• Мясо для запекания всегда ставят в горячий духовой шкаф.

• Чтобы мясо не подгорело и не высушилось, поставьте в духовой шкаф небольшой сосуд с водой. Пар от воды предохранит мясо от пригорания и высыхания. Можно мясо накрыть промасленной бумагой.

• Если некоторые блюда из говядины (бифштексы, ростбифы) можно готовить полупрожаренными, с кровью, то блюда из баранины, телятины и свинины никогда не подают непрожаренными.

• Мясо жарят перед подачей к столу, даже непродолжительное хранение ухудшает его вкус.

• Секреты быстрого обжаривания мяса:

– перед началом приготовления все ингредиенты должны быть нарезаны, а соусы смешаны;

– продукты комнатной температуры будут готовиться более ровно, чем холодные продукты. За 30 минут до готовки выньте все необходимое из холодильника;

– все ингредиенты должны быть нарезаны примерно на равные кусочки, тогда они готовятся равномерно;

– масло должно быть раскаленным. Чтобы проверить, достаточно ли оно горячее, положите в масло кусочек какого-нибудь овоща; если овощ зашипит, значит, масло раскалилось.

Можно применить и хлеб (см. совет выше);

– должен быть выдержан порядок обжаривания: сначала жарится мясо, маринованное в соусе и пряностях, затем мясо вынимается, и в этой же сковороде с добавлением масла обжариваются по порядку, например, грибы – после готовности вынимаются, затем овощи, и в конце к ним добавляется мясо и грибы, и все вместе прогревается.

– в сковороде не должно быть много продуктов, а то они будут тушиться, а не жариться;

– постоянно перемешивайте продукты в сковороде, чтобы они готовились равномерно.

• Лучшие куски мяса для запекания: говядина – ростбиф из филейного края, вырезка; телятина – лопатка, лучшая шейная часть, филейная часть, огузок и грудинка; свинина – край, передний окорок, нога (с костью или без нее), вся вырезка, филейная часть с костью, филейная часть без кости, шейная часть и грудинка.

• Лучший кусок говядины – бескостная полоса филейной части, самая нежная и быстро запекаемая.

• Если вы филе не фаршируете, подверните его тонкий конец под низ, чтобы мясо было ровным по всей толщине.

• Вырезка без костей сохранит свою форму и ровно пропечется только в том случае, если ее перевязать или положить в сетку.

• Большие мягкие куски говядины с небольшим количеством жира запекаются лучше всего.

• Телятина – мясо нежное с изысканным вкусом, с малым количеством внутреннего жира. Телятина станет сочнее, если вы будете запекать ее при умеренной температуре (70 °С), изредка поливая собственным соком.

• Хорошо запекать большие куски телятины.

• Кусок телятины для запекания считается хорошо обрезанным, если он без хрящей, жил и пленок.

• Молодая телятина останется нежной, если ее очень быстро обжарить на сковороде на сильном огне. Старайтесь не пережарить, чтобы мясо оставалось мягким и влажным.

• Телячьи ножки сначала отваривают до готовности, охлаждают, а затем панируют в муке или сухарях и жарят.

• Слой жира при запекании свинины предохраняет мясо от высыхания, но его толщина должна быть не более 10 мм.

• Любой жир на свинине должен быть твердым и белым.

• Мясо должно готовиться в собственном соку, поэтому его следует класть жиром кверху.

• Свинина, жаренная порционными кусками, наиболее вкусна

сразу же по приготовлении.

• Чтобы запеченная свинина была вкусной и сочной, а также покрылась хрустящей корочкой, перед тем как поставить ее в духовой шкаф, смажьте растительным маслом и острием ножа сделайте сеточку диагональных надрезов на расстоянии 1 см друг от друга.

• Если вы любите очень пряные свиные натуральные котлеты, то обжарьте вместе с ними маленький стручок красного острого перца, а перед подачей котлет – удалите его.

• Очень важно мясо из свинины не пережарить, чтобы оно не стало жестким. Белок в пережаренном масле плохо усваивается.

• Слой пленки вокруг жира на баранине при желании можно снять.

• Все кости при жарке или запекании голяшки баранины должны быть ровно отрублены, а не расщеплены.

• Куски баранины перед жаркой хорошо нашпиговать чесноком.

• Для приготовления шашлыка годится любая часть туши молодого барашка.

• Молодую баранину можно не мариновать вовсе или же обойтись без уксуса.

• Варианты маринада для баранины: оливковое масло, красное вино, тимьян, горчица; йогурт, чеснок, тмин и раздавленные зерна кардамона; лимонный сок, кожура лимона, оливковое масло, листья свежей мяты; смесь из порошка чили, молотого тмина и тимьяна; соевый соус, чеснок и китайская смесь из 5 приправ.

• Если мясо жарят на решетке, то его следует обсушить салфеткой, а затем смазать жиром, тогда оно не прилипнет к решетке. Решетку предварительно надо нагреть.

• Для жарки в гриле или на барбекю отбивные из свинины должны быть не менее 1 см толщиной; из баранины – не менее 2 см.

• Перед жаркой в гриле мясо можно приправить специями или намазать его маслом с травами. Например, масло с петрушкой и каперсами (смешать размягченное масло с мелко нарубленной петрушкой, нарубленными каперсами, измельченным луком, солью и черным молотым перцем).

• Мясо, которое жарится на решетке, солят и перчат в конце приготовления или сразу же после снятия с решетки, так как соль способствует выделению сока, а перец, сгорая, теряет аромат и придает мясу горечь.

• При жарке в гриле или на барбекю более тонкие куски кладите ближе к огню. Более толстые, наоборот, отодвигайте

подальше. Тогда внутри мясо хорошо пожарится и не успеет сгореть снаружи.

• Перед тем как жарить свиные ребрышки на барбекю или в гриле, их следует слегка отварить, чтобы они были нежными и без лишнего жира. Во время жарки ребрышки часто переворачивайте, чтобы они не подгорели, в особенности если они покрыты сладким соусом.

• Хорошо прожаренное мясо имеет равномерную коричневую окраску.

• Готовность жареного и тушеного мяса можно определить таким способом: если мясо готово, то вилка легко входит в мякоть, а выделяющийся из прокола сок будет прозрачным.

• Мясо, зажаренное порционными кусками, хорошо сочетается со свежими и консервированными овощами, заправленными маслом или молочным соусом, пюре из овощей, картофелем во всех видах.

• Разогревая остатки жареной свинины, заверните их в промасленную бумагу и положите в не очень горячий духовой шкаф – свинина станет мягкой и сочной.

• Прежде чем разогревать вчерашнее мясо, сбрызните его холодной водой, а затем положите на сковороду с маслом и поставьте на огонь. После этого мясо не будет иметь неприятного привкуса и покажется свежезажаренным.

• Вместо повторного поджаривания можно сковороду плотно накрыть крышкой и поставить на 10–15 минут на кастрюлю с кипящей водой. Подогретая на пару еда сохраняет свои вкусовые, питательные свойства и усваивается легче, чем вновь поджаренная.

• Жареное мясо долго сохраняется, если его залить жиром. Однако проследите, чтобы в жире не осталась вода.

• Жареные мясные холодные продукты (ростбиф, телятину, свинину) нужно нарезать перед самой подачей к столу, иначе они быстро обветрятся, их внешний вид и вкус ухудшатся.

• К жареному натуральному мясу можно подать вместо соуса мясной сок, образовавшийся при жарке.

• Мясные запеканки готовят так же, как и жареное мясо с овощами. При этом поджаренные куски мяса и овощи кладут слоями так, чтобы верхний слой был из овощей, а затем заливают бульоном.

• Разогревать запеканку или жаркое надо быстро, при очень высокой температуре и не более чем за 10 минут до подачи на стол.

• Как фаршировать телячью грудинку? Сделайте начинку и охладите ее. Сделайте карман для начинки, разрезав мясо между

двух главных слоев мышц. Расширьте карман, пока он не станет глубоким и широким. Положите начинку в карман (набивайте ее не очень плотно, потому что начинка во время приготовления разбухнет). Проткните мясо шампуром так, чтобы закрыть отверстие кармана.

• Как нарезать готовую телячью грудинку? Положите грудинку на разделочную доску, закройте фольгой и дайте полежать 15 минут. Выньте металлический шампур. Воткните в телятину вилку с двумя зубцами. Режьте куски грудинки поперек куска, параллельно линии реберной кости. Отрежьте обнажившееся ребро и продолжайте нарезать мясо ровными кусками, направляя нож вдоль ребер. Переложите куски телятины на подогретое блюдо.

• Чтобы приготовить котлетную массу, на 1 кг мясной мякоти нужно взять 250 г белого хлеба, 200 г воды или молока, 20 г соли, 0,5 г молотого перца.

• Котлеты получаются сочными, если мясо содержит в небольшом количестве жир (если очень жирное мясо, то котлеты уменьшаются в объеме и плохо сохраняют форму).

• Во время пропускания мяса через мясорубку температура его повышается примерно на 3–5 ˚С, а это нежелательно, так как создаются благоприятные условия для развития микроорганизмов. Чтобы по выходе из мясорубки фарш имел более низкую температуру, мясо необходимо охладить.

• Чтобы получить котлетную массу хорошего качества, нужно мясо освободить от грубых сухожилий и затем промолоть. Можно пропустить мясо через мясорубку второй раз, добавив замоченный в молоке хлеб.

• Хлеб, который кладут в котлетную массу, должен быть пшеничным, из муки высшего сорта, без корок (они усилят хлебный привкус так, что потом покажется, будто в котлетах больше хлеба, чем мяса) и немного черствым. Мягкий хлеб, особенно теплый, придает котлетной массе неприятную клейкость. Хлеб рекомендуется замачивать в холодной воде или молоке за 10 минут до заправки фарша.

• При смешивании мясного фарша с хлебом, замоченным в воде или молоке, из него не следует отжимать всю жидкость.

• В мясных рубленых изделиях хлеб можно заменить крупами (рисом, пшеном, перловкой) или овощами (картофелем, морковью, луком). Такие котлеты уже не панируют. Их лучше всего запекать в духовке.

• В котлетную массу не рекомендуется добавлять яичный белок, так как при обжаривании он быстро свертывается, мясо сжимается, выделяет большое количество сока, и котлеты

получаются сухими.

• В котлеты, биточки и другие изделия из котлетной массы хорошо добавить слегка поджаренный репчатый лук. Можно добавить перемолотые овощи: картофель, капусту, морковь – вкус котлет только улучшается.

• Если в котлетную массу вы хотите положить сырой репчатый лук, то его можно не пропускать через мясорубку, а натереть на мелкой терке.

• Чтобы изделие из тощего мяса получилось сочным и нежным, в фарш добавляют немного внутреннего сала или сливочного масла, которые пропускают через мясорубку вместе с мясом.

• Фарш из свинины будет сочным и ароматным, если в него добавить травы и специи – от свежего имбиря до любимого всеми укропа. Он хорош для голубцов, пельменей или классического французского паштета.

• Для получения вкусных и сочных котлет фарш перед приготовлением изделия нужно хорошо взбить, подливая оставшиеся после вымачивания воду или молоко.

• Если вы делаете котлеты из копченой ветчины, то ее перед приготовлением следует замочить в холодной воде как минимум на 6 часов, еще лучше на ночь; некопченую ветчину надо вымачивать не менее 2 часов.

• Толщина котлетной массы для рулета с фаршем не должна превышать 2 см.

• Котлетный фарш с сырым луком и чесноком следует использовать сразу же после его приготовления.

• Котлеты лучше разделываются и не прилипают друг к другу, если добавить в фарш картофельную муку.

• Если вам кажется, что фарш слишком мягкий и ему невозможно придать необходимую форму, поместите его в холодильник примерно на 30 минут, перед тем как его формировать.

• Солить фарш необходимо после добавления всех ингредиентов и перед взбиванием.

• Чтобы рубленый бифштекс стал вкуснее, запанируйте его перед обжариванием в пшеничной муке.

• Чтобы котлеты были сочными и более вкусными, их сначала нужно обвалять в муке, затем смочить во взбитом яйце и только потом уже запанировать в сухарях.

• Панированные блюда приобретают приятный вкус, если к сухарям добавить твердого тертого сыра.

• Изделия, панированные в сухарях, поливайте только жиром. Если их полить соусом или мясным соком, сухарная корочка

размокнет, потеряет свой вкус и перестанет хрустеть, поэтому сок и соус лучше подавать отдельно.

• Котлеты, как и большинство других блюд, хороши тогда, когда их жарят небольшими партиями и подают с пылу с жару. Кладут котлеты на хорошо разогретую с жиром сковороду. Жарят на среднем огне. Переворачивают один раз, затем можно поставить в духовой шкаф на 5–6 минут (температура 220–250 °С).

• Котлеты не пристанут к сковороде, если в разогретый жир положить несколько кружочков моркови.

• Не всегда есть возможность приготовить блюдо на пару. Чтобы быстрее это сделать, котлеты можно положить в глубокую сковороду, залить небольшим количеством воды, закрыть крышкой и поставить на слабый огонь.

• Котлеты готовы, если при нажиме ложечкой из них вытекает прозрачный сок. На разрезе готовые котлеты не должны иметь красноватый цвет.

• Пересушенные котлеты (биточки, шницели) достаточно разогреть на пару, чтобы они снова стали сочными.

• Тефтели – это котлетная масса с мелко нарезанным пассерованным репчатым луком, формуется в шарики, обваливается в муке, обжаривается, укладывается в один слой в сотейник или на противень, заливается соусом и тушится.

• Фарш из баранины прекрасно подходит для острых тефтелей, в стиле Среднего Востока, вкусного рагу с баклажанами и т. д.

• Чтобы тефтели получились одинакового размера, сделайте следующее: для тефтелей диаметром 3 см разложите фарш на вощеной бумаге в виде квадрата толщиной 3 см. Нарежьте этот квадрат на кубики со стороной 3 см и мокрыми руками скатайте из каждого шарик.

• Не кладите на сковороду слишком много тефтелей сразу, иначе они будут тушиться, а не жариться.

• Самые лучшие гарниры для тефтелей – картофельное пюре, рис и макароны.

• Купаты – возьмите в руки фарш и облепите им шампур пальцами, придав ему форму колбаски.

• Рулет без формы – смочите руки водой и сформируйте рулет прямоугольной формы, выложив его на смазанный жиром лист пекарской бумаги, размещенной на противне.

• Рулет в форме – поместите фарш в смазанную жиром форму. Выровняйте поверхность ложкой и переверните рулет из формы на смазанный жиром лист бумаги, расположенный на противне.

• Традиционная начинка для колбасок – рубленая свинина, но подходит говядина, баранина или оленина. Оболочка может быть натуральной или искусственной.

Требование к качеству приготовленного блюда из мяса

• Крупные куски говядины могут быть прожарены слабо, средне и хорошо, а телятины и свинины прожарены до полной готовности.

• Лангет, филе, бифштекс и антрекот также могут быть прожарены слабо, средне и хорошо. Остальные порционные изделия из мяса – полностью прожарены.

• Жареные панированные изделия должны быть равномерно панированы и иметь корочку светло-желтого или светло-коричневого цвета.

• Слой жира у отбивных котлет не должен превышать одной трети поверхности изделия.

• Тушеное и запеченное мясо должно быть сочным и легко разжевываться.

• Поверхность поджаренных изделий из котлетной массы должна быть равномерно коричневой и не иметь трещин и разрывов; не допускается розово-кремовый цвет на разрезе.

• Не забудьте посыпать мясные блюда мелко нарезанным луком, петрушкой, укропом. Можно использовать для этого ботву редиски – она даже полезнее самой редиски.

Субпродукты

• Внутренние органы животного (печень, сердце, почки, легкие и др.), кровь, конечности и голова быстрее портятся, чем мясо, и их следует быстрее использовать.

• Субпродукты обычно варят в большом количестве воды, что способствует извлечению из почек и рубцов растворимых веществ, обладающих неприятным запахом.

• Телячью или баранью голову прежде всего надо ошпарить горячей водой (90 °С), соскоблить волосы, опалить и хорошо вымыть. Затем вынуть язык, голову разрубить вдоль пополам и вынуть мозги.

• С головы крупного рогатого скота (если она с кожей) снять кожу, вынуть язык, голову промыть, разрубить и вынуть мозги.

• Свиная голова обычно бывает очищенной от щетины. Ее нужно хорошо обмыть теплой водой, вынуть язык. Голову разрубить и вынуть мозги.

• Голову перед варкой нужно в течение одного часа вымачивать в холодной воде.

• Телячьи и бараньи ноги надо ошпарить кипятком, очистить от волос, опалить, обмыть, разрубить и в течение 2–3 часов вымачивать в холодной воде для удаления неприятного запаха. Телячьи ножки нужно разрезать вдоль и вынуть трубчатые кости.

• Голова быка, голяшка и телячьи ноги идут для приготовления холодца.

• Если с говяжьих хвостов не снята кожа, ее следует удалить, хвосты разрубить и на 5–6 часов замочить в холодной воде, затем ошпарить кипятком.

• Щетину с хвостов свиней удаляют при разделке туши. Кожу с хвостов снимать не нужно. Хвосты на 3–4 часа замочить в холодной воде, затем ошпарить кипятком, поскоблить, затем еще раз обмыть холодной водой.

• Куриная печень продается целиком, другие виды печени, как правило, режут на куски, но иногда продаются целиком.

• Целую печень необходимо разрезать на доли, очистить от желчных протоков, пленки и кровеносных сосудов. Пленку снимают пальцами, сделав на печени надрез, а перед тепловой обработкой моют холодной водой.

• Чтобы легче было снять пленку с печени, на 1 минуту опустите ее в горячую воду или слегка отбейте, а затем обмакните пальцы в соль и снимайте пленку.

• Чтобы не ощущалась горечь, печень крупного рогатого скота и свиней нужно замочить на 3–4 часа в холодной воде.

• Свиная печень не будет горчить, если ее бланшировать в течение 1 минуты и тут же быстро охладить, облив холодной водой.

• Можно для смягчения свиной печени перед приготовлением на 1 час замочить ее в молоке.

• Печень жарят несоленой, иначе она будет твердой.

• Печень будет намного мягче и вкуснее, если перед обжариванием опустить ее на 1 минуту в кипящую воду, затем обмыть холодной водой и просушить.

• Перед обжариванием печенку можно нашпиговать чесноком. Для этого концом узкого ножа в каждом куске нужно сделать несколько прорезов, в которые вложить по дольке чеснока.

• Пережаренная печень теряет сочность и становится не в меру плотной и жесткой. Если вы пережарили печень, то ее можно залить соусом (более жидким, чем обычно), а потом потушить.

• Добавив овощи, пряности, а также желтки сваренных вкрутую яиц в паштеты, приготовленные из говяжьей или свиной

печени, можно разнообразить их вкусовые качества и обогатить витаминами.

• Подготовленную массу для паштетов необходимо хорошо взбить миксером или венчиком или 4 раза прокрутить через мясорубку – получим пышное и нежное блюдо.

• Слегка проваренная или прожаренная (полусырая) печень быстро восстанавливает и улучшает состав крови, и поэтому врачи особенно рекомендуют ее употреблять при некоторых заболеваниях, связанных с потерей крови или ухудшением ее состава.

• Мозги – деликатесный продукт, имеющий нежный вкус, но усваиваются они плохо.

• За 1–2 часа до варки свежие мозги заливают холодной водой, чтобы набухла пленка. Затем, не вынимая мозгов из воды, пленку снимают.

• Чтобы мозги при варке не разваливались, их укладывают в один ряд и заливают холодной водой. На 1 кг мозгов добавляют 30 г 3 %-го уксуса, 0,5 г перца горошком, 1 г лаврового листа, 10 г соли.

• Варят мозги при слабом кипении в закрытой посуде. После отваривания их охлаждают в бульоне, в котором они варились, и хранят в холодном месте.

• Чтобы приготовить мозги во фритюре, их сначала нужно отварить до готовности, охладить, обсушить (при жарке мозги распадутся, если их не обсушить), запанировать в муке, яйце и сухарях.

• Язык вымачивают в холодной воде в течение 2–3 часов, несколько раз меняя воду, – это удалит кровь из свежего языка и соль – из соленого.

• Со свежих языков перед варкой тщательно соскабливают слизь, промывают.

• Языки нужно положить в холодную воду, довести до кипения и варить около 2 часов. Затем их вынимают, опускают в холодную воду на 2–3 минуты (чтобы легче снималась кожа), снимают кожу и опять кладут в тот же бульон, в котором они варились. В бульон нужно добавить специи и коренья и варить языки до готовности.

• Готовность языка можно определить с помощью иглы. Для этого вколите ее в кончик языка – если иглу можно без труда вытащить, значит, мясо готово.

• Куски языка будут шире, если нарезать их наискось, начиная с толстого конца.

• Традиционно в горячем виде язык подается с испанским соусом. К холодному языку хорошо подать тертый хрен с уксусом.

• Говяжьи почки, очищенные от пленок и жира, перед приготовлением разрезают пополам и 2–3 часа вымачивают в холодной воде, чтобы удалить специфический запах. Наиболее вкусными являются телячьи почки.

• Залитые водой почки доводят до кипения, воду сливают, почки промывают, вторично заливают холодной водой и варят 1–1,5 часа при слабом кипении, а затем снова промывают холодной водой.

• Говяжьи почки следует варить в большом количестве соленой воды.

• Воду, в которой варились почки, использовать в пищу нельзя.

• Бараньи и свиные почки почти не вымачивают.

• Сваренные почки вынимают из воды и хранят в холодном месте в закрытой посуде.

• Телячьи почки жарят целиком или нарезанными на куски, не отваривая, не снимая с них жира и не вымачивая.

• Говяжьи почки жарят на сильном огне, предварительно отварив, чтобы они не были жесткими.

• У готовых вареных и жареных почек на разрезе не должно быть красноты.

• Чтобы жареным почкам придать более приятный вкус, их перед подачей следует сбрызнуть лимонным соком.

• Рубцы перед варкой вымачивают в холодной воде в течение 6–9 часов, 2–3 раза меняя воду.

• Рубцы закладывают в холодную воду, добавляют коренья, соль, лавровый лист, перец горошком и варят при слабом кипении до мягкости (4–5 часов).

• Рубцы хорошо подавать запеченными в сметане, в томатном соусе, в белом соусе с овощами, а также с отварным картофелем и хреном.

• Легкие перед приготовлением необходимо разрезать на части и промыть в холодной воде.

• Легкие при варке всплывают на поверхность, поэтому, чтобы они проварились целиком, посуду надо закрывать крышкой. Варить легкие нужно 1–2 часа.

• Вымя перед варкой разрезают, удаляют крупные сосуды и вымачивают в холодной воде 3–4 часа, а затем хорошо промывают.

• Сердце имеет твердую структуру и специфический вкус. При неправильном приготовлении оно может получиться жестким. Чтобы подготовить сердце, срежьте весь жир, кровеносные сосуды с верхней части сердца и удалите все пленки.

• Сердце разрезают вдоль, хорошо обмывают и замачивают на

1–2 часа в холодной воде. Затем его можно фаршировать или, нарезав кусочками или ломтиками, жарить, тушить и т. д.

• Желудок вычистить, вывернуть и промыть. Затем окунуть на 3–5 минут в горячую воду, вынуть, соскоблить пленку и 6–8 часов вымачивать в холодной воде, меняя ее 3–4 раза.

• Для приготовления различных колбас берутся тонкие и толстые кишки.

• Сало следует снять, пока кишки еще теплые. Если кишки остудить, то оставшееся на кишках сало уплотняется и загрязняется, и это препятствует возможности хорошо кишки очистить.

• Кишки разрезать на куски, промыть холодной водой. Толстые кишки надо вывернуть, хорошо натереть солью, оставить на 2 часа, чтобы меньше ощущался запах, затем промыть. Тонкие кишки надо поскоблить тупой стороной ножа, выдавливая все изнутри, и хорошо промыть.

• Чтобы сохранить кишки в течение нескольких дней, их надо хорошо посолить.

Колбасные изделия

• Чтобы сосиски во время варки не лопнули, наколите их иголкой в нескольких местах и только потом опустите в кипяток. Можно опустить сосиски в холодную подсоленную воду и довести до кипения, затем немедленно слить воду.

• Чтобы сосиски не лопнули, лучше их варить на пару, а не на воде. Налейте воду до середины кастрюли, доведите ее до кипения, положите на края кастрюли ложки крест-накрест (лучше деревянные), на них подвесьте сосиски так, чтобы они находились на пару, но не достигали воды. Через 4–5 минут сосиски будут готовы.

• Если вы сосиски жарите, то прокалывать их не надо. Поджаривайте их при невысокой температуре, переворачивая, чтобы они поджарились со всех сторон.

• На свежей колбасе или ветчине нередко появляется серо-зеленоватый налет. Многие считают, что такие продукты нельзя употреблять. Это неверно. В процессе изготовления колбасных изделий и копченостей применяются соли азотной и азотистой кислот. Кислород, температура воздуха, а также свет способствуют окислению пигментов мясных продуктов, образуются соединения, имеющие серо-зеленоватую окраску. Поскольку это не является следствием деятельности вредных микробов, подобное изменение пигмента не ухудшает качества изделий.

• Некоторые сорта копченой колбасы трудно очистить от шкурки. Но если колбасу опустить на полминуты в холодную воду, шкурка легко снимется.

• Легкий налет сухой плесени на твердокопченой колбасе не считается дефектом. Плесень легко можно удалить, если вы протрете колбасу сухой чистой тканью с солью.

• Чтобы начатые колбасные изделия или копчености не испортились, следует смазать срез яичным белком, или положить на срез ломтик лимона, моркови, или смазать жиром.

• Чтобы снять оболочку с ветчины, можно использовать кухонные ножницы вместо ножа. С помощью ножниц легко удаляются мелкие косточки.

Домашняя птица

• Имеющие более низкое содержание жира и обычно более дешевые, чем говядина, куры и индейки являются идеальным выбором для тех, кто следит за своим весом. Мясо птицы более нежное и лучше усваивается организмом.

• При выборе блюда надо учитывать, что для приготовления птицы требуется меньше времени, чем для приготовления мяса.

• Куры, находившиеся на вольном выпасе, обычно более дороги, чем их собратья из клетки, они легко распознаются по желтоватому мясу.

• Выбирайте свежую цельную птицу, упитанную, с мясистыми грудками.

• Кожа птицы должна быть гладкой, влажной и не иметь кровоподтеков. Концы костей должны быть розовато-белыми. Цвет кожи может изменяться от белого до желтого; он зависит от рациона птицы и породы и не влияет на вкусовые качества.

• В большинстве случаев птица продается в виде полуфабрикатов; это означает, что она ощипана, внутренности удалены и птица готова к термической обработке.

• Для определения свежести птицы в упаковке обратите внимание на дату «продать до…», указанную на пакете.

• Не берите пакеты, которые повреждены или подтекают.

• Покупая замороженную птицу, убедитесь в том, что мясо твердое, как камень, и не имеет признаков обморожения. Быстрый процесс замораживания, используемый на фабриках, гарантирует, что птица не впитала лишнюю воду. Проверьте это, посмотрев, нет ли кристалликов льда.

• Упаковка должна быть надежно запечатанной и неповрежденной; замерзшая жидкость в нижней части может означать, что птица оттаяла и была заморожена повторно.

• Возраст кур определяют по лапкам: у старых кур кожа грубая, желтоватого оттенка, ножки покрыты крупными чешуйками, а у молодых – кожа нежная, белая, с прожилками, ножки мягкие, покрытые мелкими чешуйками.

• У домашней птицы мясо самок вкуснее, чем самцов.

• Возраст кур и петухов можно определить также по состоянию кончика грудной кости. У молодой птицы он еще не окостенел и легко сгибается.

• Молодая курица имеет ярко-красный гребешок, светлые ножки, задний палец лапки маленький.

• Молодого гуся и утку узнают по лапкам: они должны быть желтыми, блестящими, а перепонки хрупкими. Клюв – яркого цвета, концы перьев на крыльях не оббиты; вокруг зрачка – белый кружок, а не желтый или голубой.

• У молодой индюшки светлый гребень, шея и ножки серые, с гладкой кожей.

• Летом птицу нужно предварительно выпотрошить, а затем (для кратковременного хранения вне холодильника) завернуть в намоченную в уксусе тряпочку или обложить ломтиками лука, запах которого отгоняет мух. Лук можно заменить свежей крапивой.

• Перед термической обработкой замороженная птица должна быть разморожена полностью.

• Размораживать птицу надо в холодильнике или в холодной воде.

В холодильнике – оставьте птицу в фабричной упаковке и положите на поднос, куда будет стекать вода. Время размораживания – 12 часов на 1 кг.

В холодной воде – поместите птицу в фабричной упаковке или в герметичном пластиковом пакете в большую кастрюлю с холодной водой так, чтобы птица была полностью покрыта водой. Каждые 30 минут меняйте воду – для поддержания температуры. В теплой воде птица размораживается очень быстро, что может вызвать рост бактерий. Время размораживания – 2 часа на 1 кг.

• Иногда запах упаковки передается птице. Сняв упаковку, убедитесь, что запах выветривается быстро. Не используйте птицу при постоянном постороннем запахе.

• Если, открыв упаковку, вы почувствовали легкий затхлый запах, курицу можно освежить. Тщательно промойте ее в проточной воде, положите в миску с холодной водой и добавьте 1 столовую ложку уксуса или лимонного сока и 1 чайную ложку соли на каждые 250 г воды. Затем поставьте миску с курицей в холодильник на пару часов. Можно положить тушку в охлажденный и слегка подслащенный отвар ромашки на 10–15

минут, а потом промыть подсоленной водой. Перед употреблением кожу курицы желательно снять, так как она особенно подвергается порче.

• Жирного гуся следует перед потрошением продолжительное время выдержать в холодильнике или обложить снегом. Чем лучше гусь застынет, тем легче его потрошить.

• Ощипывать домашнюю птицу нужно непосредственно после убоя, так как у остывшей птицы перья выдергиваются с трудом и может порваться кожа.

• Тушку индюка после убоя необходимо подержать 2–3 дня в холодильнике. Жир застывает, и птицу легче разделывать.

• Чтобы облегчить и ускорить ощипывание только что убитой птицы, ее на несколько минут следует погрузить в горячую (70–80 °С) воду.

• Гуся рекомендуется ощипывать сухим – вкус мяса ошпаренного гуся ухудшается.

• Перед опаливанием тушку птицы следует расправить, чтобы на коже не было складок. Крылья развертывают и растягивают, а потом, взяв тушку одной рукой за голову, а другой – за ножки, слегка растягивают и опаливают. Пламя не должно коптить. Опаливать надо осторожно, чтобы не повредить кожу и не растопить подкожный жир.

• Если тушку птицы натереть мукой или отрубями, то опаливание будет качественнее – лучше удаляются волоски, оставшиеся после ощипывания.

• Любую птицу легче дощипывать при помощи пинцета.

• Чтобы легче удалить перьевые «пеньки» из курицы или утки, надо подержать птицу немного на холоде.

• Кожу с ножек домашней птицы и дичи и с петушиных гребешков снимают, предварительно ошпарив их.

• Если при разделывании птицы разлилась желчь, надо тщательно протереть прогорклую часть солью и промыть холодной водой.

• Мелкая птица может быть разрезана пополам до или после приготовления. Лучше всего воспользоваться ножницами для птицы, но вполне может подойти и большой нож. Положите птицу на разделочную доску спиной вниз. Сделайте ножом продольный разрез как можно ближе к грудине, чтобы разделить мясо. Прорежьте вдоль одной стороны грудины ножницами. Переверните птицу; прорежьте ее с обеих сторон от позвоночника и удалите его.

• Цыпленка разделить на 6 частей можно так: отделите ножки, ляжки и грудку разрежьте пополам. Спинку оставьте для бульона.

• Перед термической обработкой промойте птицу снаружи и внутри под проточной водой и насухо вытрите кухонным полотенцем.

• В сырой птице могут содержаться сальмонеллы, которые являются основным источником пищевых отравлений. После приготовления птицы всегда мойте руки, разделочную доску и все инструменты в горячей мыльной воде. Разделочную доску необходимо регулярно обрабатывать раствором хлорной извести: 1 столовая ложка извести на 4 литра воды.

• Белое мясо грудки – самая нежная часть птицы и самая постная. Оно идеально для быстрого обжаривания и жарки на сковороде, для тушения в небольшом количестве воды, приготовления в гриле, для приготовления котлет.

• Темное мясо птицы более сочное, чем белое, его хорошо тушить. Из него получается хороший шашлык. Окорочка можно обвалять в сухарях и запечь или обжарить.

• Без костей бедра и грудки готовятся быстрее, но все же птица, приготовленная на кости, имеет лучший вкус и бывает более сочной; кости также не позволяют птице развалиться на кусочки.

• Старую курицу, гусей лучше тушить.

• Молодые цыплята очень вкусны, если их приготовить сразу после убоя.

• Чтобы кожица паровых цыплят или кур осталась белой, ее перед приготовлением натирают лимонным соком или раствором лимонной кислоты.

• Чтобы удалить кости из грудки цыпленка, острым ножом сделайте разрез между костью и мясом, снимите мясо с кости, не отрезая сустав крыла.

• Птица, как и мясо, перед приготовлением никогда не замачивается.

• Для приготовления бульонов хороши взрослые, но не жирные куры, а также индейки.

• Уток и петухов для бульонов не используют, так как бульоны получаются мутные, жирные, со специфическим запахом.

• Бульоны из цыплят не ароматны и не наваристы.

• Птицу закладывают в горячую воду с кореньями, луком, солью и варят при слабом кипении.

• Недостаточно упитанную птицу следует отварить и подать с каким-либо соусом.

• Чтобы курица в бульоне стала мягкой, поварите ее 20 минут, выньте из кастрюли и на 3–4 минуты погрузите в холодную воду, а потом вновь опустите в кипящий бульон.

• Мясо птицы будет нежнее на вкус и быстрее сварится, если в

воду влить 1 столовую ложку уксуса или натереть тушку лимонным соком.

• Старая курица сварится быстрее, если предварительно выдержать ее несколько часов в воде с уксусом (из расчета 1 стакан уксуса на 2 л воды).

• Отварное куриное мясо лучше всего подавать под белым или паровым соусом.

• Птица, приготовленная в небольшом количестве воды (припущенная), получается нежной, сочной, с низким содержанием жира. Ароматические травы, овощи, специи тушат вместе с птицей, чтобы она пропиталась их ароматом. Бульон, в котором припускалась птица, можно использовать для приготовления соусов или основы для супов, плова и т. д.

• Старую курицу перед тушением следует несколько часов подержать в разбавленном водой уксусе.

• Курица на сковороде – это сочное, ароматное блюдо. Его хорошо готовить в два этапа. Для того чтобы сохранить курицу сочной и добиться вкуса жареного мяса, сначала ее обжаривают в кипящем масле, а затем вместе с обжаренными овощами тушат до готовности.

• Курицу или утку, предварительно поджарив, можно тушить с разнообразными овощами в горшочках на плите или в духовке.

• При жарке мяса любой птицы, в особенности индейки и фазана, важно сохранить его как можно более сочным. Для этого положите под кожу размягченное сливочное масло либо неплотно закройте птицу масляной бумагой или фольгой, которая снимается за 30–40 минут до окончания жарки. Можно также обмотать грудку жирным беконом или жиром со спинки птицы, как это делают французы.

• Есть еще один способ сохранить мясо птицы сочным – это перед приготовлением вложить в полость птицы $^1/_2$ луковицы или дольку лимона.

• Можно перед жаркой использовать «сухой маринад». Для этого приготовляется смесь сухих приправ, которыми натирается тушка снаружи и изнутри. В смесь могут войти перец, чеснок, шафран, соль и т. д. Можно в эту смесь добавить сухое вино, можно использовать уксус или лимонную кислоту. После того как вы натерли тушку, ее нужно поставить в прохладное место, лучше на ночь и в холодильник.

• На каждую тушку курицы или утки (весом около 800 г) берется чайная ложка соли. Тушку перед жаркой посолите внутри и снаружи и смажьте ее жиром или сметаной. Если этого не сделать, то птица подрумянится неравномерно.

• Чтобы предохранить кожу жирного гуся от пригорания,

перед обжариванием ее сбрызгивают холодной водой.

• Хрустящие кусочки курицы можно получить и в духовом шкафу. С них необходимо снять кожу, чтобы снизить содержание жира, и для разнообразия запаха кусочки обвалять в смеси кукурузной муки со специями, травами или другими приправами.

• Перед жаркой крупных цыплят хорошо промариновать, затем припустить в собственном соку, и только после этого можно жарить (лучше в кляре).

• Если перед жаркой смазать тушку курицы, цыпленка или утки сметаной, они хорошо подрумянятся.

• Чтобы кожа жареного гуся, утки, поросенка покрылась хрустящей корочкой, перед тем как закончить жарить, их вынимают из духового шкафа, поливают холодной водой и ставят опять в духовой шкаф для окончательного поджаривания.

• Во время жарки домашней птицы и дичи в духовом шкафу тушки периодически переворачивают, поливая жиром и выделившимся соком.

• Если при обжаривании в духовом шкафу тушка птицы или дичи сильно подрумянилась, но внутри еще сырая, прикройте ее влажной пергаментной бумагой или фольгой.

• Если вы жарите домашнюю птицу или дичь в духовом шкафу, кладите их на противень или сковородку спинкой вниз.

• Жарьте птицу на решетке на противне, чтобы жар мог свободно циркулировать под птицей.

• Таких жирных птиц, как гусь и утка, вначале опрыскивают сверху холодной водой, чтобы кожа не пригорала. Кроме того, вода прибавляется к соку и жиру, которые стекают на противень. Кожу также нужно проколоть по всей поверхности, чтобы жир мог стечь. Время от времени жидкостью с противня поливайте гуся. При этом получится хрустящая кожица. Жарят гуся не менее 2 часов.

• Аромат жареного цыпленка усилится, если под кожу на грудке вложить кусочки сливочного масла с пряными травами или тонкие ломтики лимона. В процессе жарки время от времени поливайте цыпленка мясным соком. Мясо получится сочным и приобретет пикантный вкус.

• Как и для всех мясных продуктов, при жарке или запекании птицы следует с самого начала выбрать высокий температурный режим. Для этого нужно сначала разогреть духовой шкаф, поставить туда подготовленную тушку и выдержать определенное время до появления легкой корочки. Эта тоненькая корочка предотвратит вытекание сока. После этого этапа температуру нужно снизить до 100 °С и жарить птицу до готовности.

• Старые петухи и куры не годятся для жарки. Их лучше

использовать для приготовления котлетной массы и фаршей.

• Чтобы мясо старой птицы стало мягким, ее после жарки следует залить жиром, в котором она жарилась, влить немного воды и довести до готовности.

• Чтобы приготовить старую курицу в жареном виде, предварительно отварите ее, затем обжарьте целиком или кусками в сухарях, смазав сметаной и добавив жира.

• Обжаривание во фритюре – самый быстрый способ кулинарной обработки. Казанок иметь не обязательно, можно использовать и глубокую сковородку. Для обжаривания во фритюре необходимо сделать следующее: режьте ингредиенты на одинаковые маленькие кусочки, чтобы они быстро и равномерно прожарились, непрерывно помешивайте и не бойтесь сильного огня. Так как этот метод очень быстрый, все продукты и инструменты нужно приготовить заранее.

• Приготовление в гриле – метод простой, быстрый и требующий минимального количества жира. Он подходит для любой части птицы. Перед использованием обязательно надо прогреть гриль в течение 10 минут. Никогда не застилайте решетку гриля фольгой (для удобства чистки лучше фольгу постелить под решетку на поддон).

• Барбекю из курицы. За исключением быстро готовящихся эскалопов и филе грудки, курицу надо жарить на углях средней температуры, чтобы она полностью пропеклась и при этом не обуглилась и не пересохла.

• Если вам не нравится запах жареной индейки, перед приготовлением положите внутрь тушки кусочек имбиря или мускатный орех.

• Готовность жареной или отварной птицы определяют, проколов иглой наиболее толстые части тушки. Если при этом появится бесцветный сок без крови – птица готова. Можно проверить, прожарилась птица или нет, подняв ее над противнем. Если сок прозрачный, значит, птица готова.

• Постные, быстрые в приготовлении кусочки птицы можно обжарить на сковороде. Обваляйте кусочки в смеси из панировочных сухарей или муки с солью, перцем, любой измельченной зелени, например базилика, и жарьте на сковороде до готовности.

• Кусочки филе равномерно пропекутся и мясо станет более нежным, если их раскатать до одинаковой толщины. Положите каждый кусочек между двумя слоями пергаментной бумаги или полиэтиленовой пленки и раскатайте скалкой или отбейте молоточком для мяса.

• Для того чтобы разогреть птицу, ее, полив сметаной, надо

поставить в духовой шкаф.

• Когда птица готова, переложите ее на подогретое блюдо и дайте постоять 5 минут, чтобы мясо легче отделялось. Дайте и соку на противне немного постоять. Затем снимите ложкой весь жир. Сок, оставшийся на противне, можно использовать для приготовления подливы.

• Перед разделкой птицы дайте ей постоять примерно 15 минут в фольге, чтобы мясо «отдохнуло», а сок равномерно распределился. Это облегчит разделку. Затем снимите бечевку, которой была связана птица, положите ее грудкой вверх, отрежьте от тушки обе ножки, разделите каждую на две части – голень и бедро. Надежно удерживайте птицу на разделочной доске двузубой вилкой. Осторожно разрежьте грудку напополам, рассекая мягкий хрящ и грудину. Разрежьте каждый кусок грудки пополам по диагонали так, чтобы часть грудки была прикреплена к крылу.

• Перед нарезанием жареной птицы дайте ей «отдохнуть» (см. выше), отрежьте ножки (при желании темное мясо с ножек также можно нарезать ломтиками), разрежьте их на голень и бедро, переложите на подогретое блюдо. Удерживая птицу вилкой, сделайте горизонтальный разрез на грудке выше крыла (под мясом вдоль костей) так, чтобы нож уткнулся в кость крыла. Затем отрежьте аккуратные тоненькие ломтики мяса от грудки, держа нож почти вертикально (можно нож слегка наклонить, чтобы получились более широкие ломтики грудки).

• При нарезании жареной утки положите ее грудкой вверх и большим кухонным ножом отрежьте от тушки ножки, перережьте бедренные суставы и отрежьте крылья. На одной стороне тушки срежьте мясо грудки тонкими ломтиками, двигаясь по направлению к середине грудки, и, дойдя до нее, повторите то же со второй стороной.

• Основной гарнир к жареной птице – картофель, а дополнительные – соленые и маринованные огурцы, помидоры, моченые яблоки и т. п.

• К гусю и утке подают тушеную капусту и яблоки.

• Фаршировать можно как целую птицу, так и ее кусочки.

• Фаршировать кусочки можно двумя способами: первый – необходимо вставить между мясом и кожей пальцы – сделать «кармашек» и затем наполнить образовавшееся пространство начинкой; второй – в раскатанное филе куриной грудки можно завернуть фарш, а затем закрепить палочками для коктейля.

• Перед фаршированием птицы промойте ее снаружи и внутри и насухо вытрите.

• В брюшную полость птицы фарш нужно класть холодным.

• Фаршируйте птицу непосредственно перед жаркой, никогда не делайте это заранее. Фарш можно приготовить заранее и поставить его в холодильник.

• Фаршируя домашнюю птицу, не следует класть слишком много фарша, так как кожа во время тепловой обработки сильно сжимается и может лопнуть, а фарш вывалиться.

• Не утрамбовывайте фарш в полости птицы. Фаршу нужно место, потому что во время тепловой обработки он расширяется.

• Перед фаршированием поставьте птицу шеей вниз в такую посуду, чтобы птица стояла вертикально. Ложкой начините грудную полость. Подоткните кончики крыльев под спину птицы. Начините брюшную полость, закройте отверстие кожей. Шнуром свяжите ноги и отверстие, чтобы начинка не выпадала (можно отверстие зашить, а когда птица будет готова – нитки вытащить).

• Жирных гусей и уток лучше фаршировать. Пропитываясь жиром, фарш из яблок или картофеля становится очень вкусным.

• Если вы фаршируете ножки (бедра) цыплят, то необходимо удалить кости из ножек. Для этого с помощью острого ножа сделайте на утолщенном конце ножки цыпленка круговой разрез и, отогнув мясо, вытащите кость.

• Для фарширования гусей и уток лучше использовать антоновские яблоки, часть которых, порезанная на четвертинки, предварительно обжаривается в гусином жиру, а часть кладется сырыми.

• Из овощей используется для фарширования и обкладывания гусей капуста (свежая и кислая), картофель, помидоры (реже). Из ароматических добавок применяют лук (к кислой капусте), петрушку, реже – укроп.

• Утка, в отличие от гуся, фаршируется наряду с яблоками и картофелем, также изюмом с рисом, сушеным урюком. Капустой утка не фаршируется.

• Индейка фаршируется абрикосами (свежими, обжаренными), каштанами, курагой, маринованными вишнями и, изредка, кисло-сладкими райскими или анисовыми яблочками, предварительно вымоченными пару часов в слабом уксусе.

• Вкус котлет по-киевски значительно улучшится, если их фаршировать смесью сливочного масла с рубленой зеленью петрушки и сырыми желтками.

• В качестве начинки для котлет из филе домашней птицы используют преимущественно густой молочный соус или сливочное масло, а для котлет из филе дичи – паштетную массу.

• Для котлетной массы из домашней птицы используют филе и мякоть ножек, для котлетной массы из дичи – только филе, так как ножки имеют горький вкус.

• Чтобы из фаршированных котлет во время жарки не вытекало сливочное масло, их нужно панировать в сухарях дважды.

• При маринновании домашней птицы уксус лучше заменить белым сухим вином. Чтобы маринад быстрее проник в толщу мяса, проколите его в нескольких местах поварской иглой.

• Обработка потрохов: гребешки ошпаривают, освобождают от пленки, промывают; готовят из них холодец, заливное, используют для оформления блюд; шейки ошпаривают, удаляют остатки перьев, обсушивают, натирают мукой, опаливают, зачищают от «пеньков», промывают – используют для приготовления бульонов, рагу, холодца; лапки ошпаривают (или опаливают), снимают кожицу, отрубают коготки, промывают – из них готовят бульон, холодец; желудки разрезают в тонкой части, выворачивают, удаляют содержимое, промывают, снимают внутреннюю пленку – они идут на бульон, рагу; печень, осторожно удалив желчный пузырь, промывают – готовят паштеты, начинки, супы-пюре; сердце разрезают вдоль, удаляют сгустки крови, промывают – его тушат и используют в рассольник.

• Из утиных и гусиных печенок получаются вкусные паштеты и фарши.

Крольчатина

• Неприятный запах крольчатины устраняют следующим образом: обработанную тушку замачивают на 5–6 часов в холодной воде со льдом, ошпаривают и промывают.

• Варят крольчатину обычно, добавив морковь, белые коренья, репчатый лук и специи. Бульон для супов желательно не использовать.

• Для жарки тушку кролика шпигуют сырыми охлажденными кусочками сала или свиных копченостей, солят и слегка смазывают сметаной. Жарят в духовке, добавив репчатый лук, морковь, белые коренья и, по желанию, нарезанный картофель.

• В фарш можно добавить сырой свиной шпик или сливочное масло. Вместо хлеба в котлетную массу из крольчатины лучше добавить отварной рис.

Дичь

• Дичь используется в основном для приготовления вторых блюд.

• Выбирая пернатую дичь, лучше всего покупать молодых

птиц, у которых прострелены крылья или ножки, а не грудка – тогда мясо и вкуснее, и нежнее. Молодую дичь распознают по тонкой коже под крылышками, а куропаток по перьям: у молодых перья остроконечные, у старых – закругленные. Если под крылышками заметны зеленоватые или синеватые пятна или перо птицы начинает мокнуть, значит, дичь несвежая.

• Разделывая пернатую дичь, необходимо, во-первых, вынуть зоб, во-вторых, стараться не раздавить желчный пузырь. Если это произошло, лучше всего вырезать пропитанное желчью место.

Вынимая у перепелок внутренности, постарайтесь не затронуть жир, выстилающий полость. Если жир вынут, отделите его и положите внутрь птиц.

• Пернатую дичь не опаливают на огне, как обычную домашнюю птицу, достаточно тщательно ощипать перо. Протерев птицу мукой, мелкий пух удаляют и, если необходимо, смачивают птицу спиртом и поджигают.

• Кожа дикой птицы легко рвется, поэтому ее никогда не следует обваривать кипятком. Ощипывать птицу нужно осторожно, захватывая по несколько перышек одновременно, особенно осторожно выдергивают перья в области зоба.

• Пернатая дичь, независимо от ее породы, величины и жесткости мяса, вымачивается в воде от 3 до 6 часов, или же в смеси воды с молоком, или же, наконец, в разных маринадах (винных, уксусном, с пряностями).

• Пернатую дичь редко используют для варки, но при желании фазанов, куропаток, тетеревов можно отваривать.

• Куропаток надо выдерживать в холодном месте (без общипывания и потрошения) не менее 24 часов.

• Рябчики будут значительно вкуснее, если за час до приготовления их положить в холодное молоко.

• У пернатой дичи мясо самок вкуснее, чем самцов. Потроха дичи в пищу употреблять не следует, только шейки можно использовать для приготовления бульонов.

• Крупную пернатую дичь жарят в духовом шкафу, в кастрюльке или на листе. Перед этим ее обжаривают в кастрюльке в масле.

• Мелкую дичь, а также куропаток и рябчиков жарят в кастрюльке в масле на плите на маленьком огне, время от времени поливая вытекающим соком. Куропаток и рябчиков можно жарить и в духовом шкафу. В сметане они получаются очень нежными и вкусными.

• Глухарей жарят 1,5 часа, тетеревов – 1 час или около того, куропаток – 30–45 минут, рябчиков – 30 минут, бекасов и перепелок – 15–20 минут, а мелкую дичь – 15 минут.

• Крупную пернатую дичь надо обернуть полосками сала или нашпиговать им. Остальную дичь жарят в собственном жире с добавлением растительного масла, в котором предварительно обжарен лук.

• Пернатую дичь можно жарить на вертеле или в костре прямо в перьях. Для этого ее нужно выпотрошить, положить внутрь масло и соль и обмазать глиной. Когда глина высохнет и начнет давать трещины – дичь готова. Перья прилипают к глине и легко отделяются.

• Мясо фазана обладает превосходным вкусом, но сразу после убоя птицы использовать его не рекомендуется. Вкусовые и ароматические качества фазана лучше всего проявляются после того, как его выдерживают в течение нескольких дней неощипанным. Фазан жарится так же, как обычная индейка. Отличие только в оформлении. Голова, крылья, хвост фазана перед вымачиванием и разделкой обрубаются, тщательно моются и обсушиваются, а когда фазан готов, уже на столе, они прикалываются особыми шпильками-шпажками (гателетами) к тушке исключительно в декоративных целях.

• Самую мелкую дичь – бекасов, перепелов, дупелей, куропаток – жарят с головами, подворачивая их под правое крыло.

• Перепелов жарят обернутыми в тонкие ломтики сала, виноградный лист или бумагу, на вертеле или сковороде. Нужно следить, чтобы они не пережарились.

• Мелкая обжаренная дичь (вальдшнепы, дупеля, бекасы, перепела, дрозды) хорошо сохраняется, если ее залить растопленным жиром.

• При жарке или тушении мясо фазана, бекаса, куропатки, перепелки будет сочнее, если филейную часть тушки перед тепловой обработкой покрыть тонким слоем шпика.

• Готовность обжариваемой птицы можно определить, приподняв ее и дав стечь соку, образовавшемуся при жарке внутри тушки, если последние капли этого сока прозрачные – птица готова.

• Мелкую дичь (вальдшнепов, дупелей, бекасов, перепелов, дроздов) можно жарить не шпигуя, а завернув в тонкие ломтики шпика и перевязав шпагатом.

• Если дикая утка имеет запах рыбы, положите ее на противень и налейте кипяток на высоту 1,5 см. Утку сбрызните уксусом и поставьте в нагретый до 200 °С духовой шкаф на 10 минут, часто поливая водой из противня.

• Мясо диких животных маринуют 1–4 дня (в зависимости от размера кусков и возраста животного).

• Мясо дикой козы лучше всего мариновать в сухом виноградном вине.

• После маринования мясо дикой козы, лося, оленя нужно нашпиговать сильно охлажденным шпиком, нарезанным брусочками длиной 6–7 см.

• Самое вкусное мясо у зайцев – до года. У молодого зайца толстые голени, короткая толстая шея и мягкие уши. Старые зайцы длинные и худые. В пищу от зайца идет только спина и задние ноги. Передние ноги и грудку не используют – ребра горчат. Потроха тоже не используют.

• Чтобы удалить из заячьих тушек излишек крови и придать мясу мягкость, их целиком вымачивают в холодной воде до тех пор, пока окрашивается вода. Меняют ее несколько раз не менее 1,5 суток.

• После вымачивания с зайчатины снимают все пленки и обнажают непосредственно все мышцы мяса. Сняв пленки, разделывают тушку на крупные куски (ноги, бедра, спина напополам) и закладывают в уксусный маринад (яблочный, винный уксус, красное вино) не менее чем на 12–16 часов.

• Мясо зайца станет сочнее, если после маринования его нашпиговать сильно охлажденным свиным салом, нарезанным брусочками.

• Если мясо зайца старое, смажьте его растопленным сливочным маслом и дайте отлежаться.

• Мясо зайца панируется в муке и обжаривается на перекаленном масле 30–40 минут. Обжаренная зайчатина рубится на порционные куски, складывается в кастрюлю, заливается сметаной, плотно закрывается и тушится в духовке не менее 45 минут на умеренном огне.

• Едят зайчатину с кислыми, квашеными яблоками, брусникой, морошкой, клюквой и с моченными антоновскими яблоками.

• Медвежатину хорошо тушить с квасом.

• Мясо диких животных, за исключением кабаньего, нежирное и легко усваивается, если его готовить не маринуя, а также подавать к нему нежирный соус.

• Основной гарнир к дичи – картофель, а дополнительный – соленые и маринованные огурцы, помидоры, моченые яблоки и т. д.

• Любое мясо птицы или дичи без костей и сухожилий можно измельчить и превратить в мягкий паштет или паштет для запекания.

РЫБА И БЕСПОЗВОНОЧНЫЕ

Рыба

В наши дни в продажу поступает живая, охлажденная, мороженая, копченая, вяленая, соленая и сушеная рыба.

• Чем свежее взяли рыбу и чем скорее ее приготовили, тем вкуснее будет ее мясо.

• Свежую рыбу отваривают, припускают, тушат, жарят и коптят, соленую рыбу целесообразнее отварить, припустить или тушить.

• Семга и угорь вкуснее всего в период от июня до августа, карп – от сентября до апреля, налим – в январе, щука – от февраля до апреля.

• Мясо форели вкуснее всего при весе рыбы 250 г, щуки – 2–3 кг, карпа – 1–3 кг, судака – 1,5–3 кг, окуня – 0,5–0,75 кг, налима – 1 кг.

• У очень большой старой рыбы мясо грубое; у молодой же, напротив, мясо содержит много клейковины, а поэтому для еды лучше всего брать рыбу средней величины.

• При покупке живой и охлажденной рыбы нужно особое внимание обратить на ее доброкачественность. Рыба должна быть выложена на льду в витрине-холодильнике. Если рыба в упаковке, внутри не должно быть никакой жидкости.

• Рыба должна иметь свежий запах; не берите ту, у которой сильный рыбный запах.

• Свежая рыба имеет плотное мясо, ярко-красные жабры, выпуклые прозрачные глаза и гладкую блестящую чешую, плотно прилегающую к коже. При нажатии пальцем ямка на поверхности рыбы либо совсем не образуется, либо быстро исчезает. Хвост не должен быть загнут вверх или казаться высохшим. Брошенная в воду свежая рыба быстро тонет.

• У несвежей рыбы жабры имеют сероватый цвет и неприятный запах; глаза впалые и роговица мутная; мясо дряблое, и если надавить пальцем, то останется впадина, чешуя снимется легко; живот иногда вздут, и на нем могут быть зеленоватые пятна.

• Свежемороженая рыба должна быть в неповрежденной упаковке в твердом состоянии без кристаллов льда. Не берите рыбу с белыми пятнами или участками, поменявшими цвет, что может указывать на обморожение или порчу. Запаха быть не должно.

• Свежесть мороженой рыбы можно определить, если воткнуть в толщу ее мяса нагретый в кипятке нож, а затем понюхать его.

• Рыбные куски и филе должны быть аккуратно нарезаны и не должны иметь рваных краев. Убедитесь в том, что кожа влажная, а признаков высыхания или изменения окраски нет. Мясо должно быть плотным (а не хлопкообразным), между волокнами не должно быть видно разрывов. Филе должно выглядеть свеженарезанным и быть практически прозрачным.

• Чтобы определить, не испортилась ли рыба, нужно сварить пробный кусочек в закрытой посуде.

• Качество сельди можно определить визуально: сельдь хороша с толстой спинкой и без желтизны.

• При выборе копченой рыбы обратите внимание на то, что запах копчения должен быть мягким, а тело рыбы должно быть толстым и блестящим.

• Самая лучшая икра – икра астраханская, серая, крупнозернистая. Затем идет паюсная икра – она должна быть нежного рыбного вкуса.

• Икра возбуждает аппетит, легко переваривается даже в слабом желудке, очень питательна благодаря содержащемуся в ней белку.

• Остерегайтесь икры зеленоватого цвета, так как она искусственно окрашена краской, содержащей медные соли.

• Чтобы предохранить икру от засыхания и придать ей приятный вкус и запах, поверх икры кладут 2–3 ломтика лимона, посуду прикрывают лощеной бумагой и завязывают. В таком виде икра остается свежей (в холодильнике) 7–10 дней.

• Икра усача ядовита.

• Рыбу, замороженную целиком, размораживают в холодной подсоленной воде (2 л воды и 2 чайные ложки соли на 1 кг рыбы). Теплую воду употреблять не рекомендуется: рыба становится невкусной.

• Но все же размораживать рыбу в воде не рекомендуется, так как она теряет вкус и портится ее структура. Воспользоваться этим способом можно только при крайней необходимости, и сразу после размораживания рыбы необходимо ее приготовить.

• Рыбу разрезанную и тем более филе размораживать в воде нельзя: она потеряет вкус – ее лучше размораживать на воздухе.

• Чтобы жареные блюда и кулинарные изделия из мороженого филе и рыб осетровых пород получились более сочными и вкусными, следует размораживать их при комнатной температуре и сразу же приготавливать.

• Лучший способ разморозить рыбу – оставить ее на ночь в холодильнике. Положите рыбу в упаковке на тарелку, в которую

будет стекать вода. Когда рыба оттает, вскройте упаковку, слейте всю жидкость и перед приготовлением отожмите от воды и насухо протрите кухонным полотенцем.

• В любом случае рыбу не следует оттаивать полностью. Размораживание заканчивается, как только температура внутри мороженой рыбы достигнет 1–0 ˚С.

• Мороженую навагу обрабатывают не размораживая, иначе ухудшается качество готового блюда и получается больше отходов.

• Внутренности рыбы удалите до того, как она полностью оттает.

• Никогда не замораживайте рыбу повторно, только после термической обработки.

• Для тех, кто сам ловит рыбу. Для того чтобы сохранить рыбу живой в течение нескольких дней, в старинных кулинарных книгах советовали влить рыбе в рот рюмку водки, обложить влажным мхом и поставить в погреб или положить рыбе в рот кусочек хлеба, смоченный в воде, и поместить ее в снег. Живую рыбу рекомендовали закалывать, не давая ей уснуть, так как уснувшая рыба считалась гораздо хуже свежезаколотой. Чтобы заколоть рыбу, советовали сделать надрез позади головы, отделив мозг от позвоночного столба. В современных книгах, наоборот, рекомендуют убить рыбу лучше всего так: разрежьте ее вдоль горла и положите в ведро с ледяной водой – рыба будет истекать кровью и одновременно охлаждаться. Вы можете убить рыбу, резко ударив ее по голове. Затем выпотрошите рыбу и положите ее на лед. Держите выловленных рыб во льду, пока не вернетесь домой. Чистить можно рыбу уже дома. Если нет льда, то можно оставить рыбу живой, положив ее в ведро с холодной водой.

• Не оставляйте рыбу на столе во время приготовления рядом с другими продуктами.

• Чтобы удалить с рыбы слизь, тщательно протрите ее поваренной солью, а затем вымойте. После этого она будет лучше чиститься.

• Можно перед удалением чешуи рыбу промыть в горячей воде или в водном растворе уксуса (1 столовая ложка уксуса на 1 л воды): она станет менее скользкой.

• При чистке судака, окуня, карпа, леща и других чешуйчатых рыб значительно легче очищать рыбу от чешуи, если предварительно удалить все плавники. Спинной плавник можно вырезать, сделав с обеих сторон по всей его длине неглубокие надрезы. Затем захватите плавник чистой салфеткой, чтобы не уколоться, и вытягивайте его по направлению от хвоста к голове. Плавники у рыбы можно срезать тяжелыми ножницами. После

этого ножом или теркой под слабой струей воды удалите чешую.

• Рыба хорошо чистится, если ее слегка протереть уксусом и оставить так на некоторое время.

• Чтобы легче было снять чешую с рыбы, положите ее в кастрюлю и на 1 минуту залейте кипятком, затем выньте и сразу же окуните в холодную воду. Руки при чистке держите под водой, чтобы не разлеталась чешуя.

• Если рыбу обрабатывают на деревянной доске, доску нужно предварительно обрызгать лимонным соком или уксусом. В результате этого поры древесины закрываются и запах рыбы не проникает в дерево.

• Чешуйчатую рыбу чистят в направлении от хвоста к голове.

• Если рыба скользкая, опустите пальцы в соль или воспользуйтесь кухонным полотенцем и крепко держите за хвост.

• Используйте для чистки тупую сторону лезвия ножа или рыбочистку. Держите тупую сторону лезвия ножа под прямым углом к телу рыбы, двигаясь по направлению к голове и удаляя чешуйки.

• При чистке угря, налима и сома кожу у головы надрезают и снимают целиком, как перчатку с руки. Затем разрезают брюшко рыбы, вынимают внутренности, отрезают голову и моют в холодной воде.

• Линя перед очисткой положите на 15–20 минут в горячую воду, чтобы отошла слизь и легче снялась мелкая чешуя.

• Очищенную рыбу перед потрошением моют в холодной воде.

• Не следует во время разделки рыбы сильно изгибать и сдавливать ее тушку – это ухудшает качество готового кушанья из нее.

• При потрошении брюшко рыбы разрезают от головы до хвостового плавника. Вначале вынимают печень с желчным пузырем. Затем удаляют остальные внутренности, жабры и пленку, покрывающую позвоночную часть. При обработке рыбы необходимо удалять остатки крови на внутренней части позвоночника.

• Если круглая рыба подается к столу с головой, то внутренности следует удалить через жабры: удалите кухонными ножницами жабры, положите рыбу брюшком вверх, сделайте небольшой надрез на нижней части брюшка и введите туда кончики ножниц или пальцы. Продвигайте внутренности, отделяя их от рыбы, ближе к голове, ухватите внутренности через отверстие для жабр и извлеките их наружу. Проверьте через отверстие в брюшке наличие оставшихся внутренностей, удалите их и затем промойте рыбу струей холодной воды так, чтобы она

текла от жаберного отверстия до хвостового. Промывайте, пока вода не станет прозрачной. Промокните рыбу бумажными полотенцами.

• При потрошении рыбы надо особенно следить за тем, чтобы не повредить желчный пузырь; иначе вся рыба будет горькой. Если при разделывании рыбы разлилась желчь, протрите места, на которые она попала, солью, подержите несколько минут и промойте холодной водой.

• При обработке рыбы после удаления внутренностей обязательно зачистите ее брюшко, удалив черную пленку. Голову можно оставить, но обязательно удалите жабры и глаза.

• Если вы не собираетесь использовать рыбу сразу же, то ее можно почистить, выпотрошить, срезать жабры, но не мыть. Рыбу надо промывать непосредственно перед приготовлением.

• Чтобы удалить кости из рыбы, сделайте разрез от брюха до хвоста, удалите внутренности, промойте, положите рыбу на доску разрезом вниз и придавите хребет костяшками пальцев, а затем переверните рыбу и выньте кости, начиная с хвоста.

• Если вы хотите запечь рыбу или поджарить ее на гриле, а также если рыба входит полностью в кастрюлю или сковороду, не отрезайте голову и хвост. Во-первых, тогда проще управляться с ней во время приготовления и за едой, во-вторых, в голове есть вкусное мясо, в-третьих, такая рыба красиво смотрится на столе.

• Чтобы нарезать кругляшом крупную рыбу (весом 1–1,5 кг), глубоко надрежьте мякоть у краев жаберных крышек, перерубите позвоночную кость и отделите голову. Вместе с ней выньте большую часть внутренностей. Потом, не разрезая брюшка, выньте их остатки.

• Осетра, севрюгу, белугу разделывают на звенья. Однако здесь необходимо следить, чтобы на них не оставалось кровоподтеков. Звенья ошпаривают и через 2–3 минуты удаляют костные пластинки, так называемые жучки.

• Некоторые виды рыб имеют неприятный запах. Чтобы от него избавиться, рыбу выпотрошите, положите на несколько часов в эмалированную посуду и залейте водой с добавлением уксуса, 2–3 лавровых листков или репчатого лука.

• Чтобы рыба не пахла тиной, ее промывают в очень крепком холодном растворе соли. Избавиться от запаха тины можно еще и так: рыбу очистить и вымыть, нарезать кусочками, уложить в эмалированную посуду и посыпать мелко нарезанным лавровым листом (5–6 листочков), затем залить чуть теплой водой и, накрыв крышкой, оставить на час. Перед варкой или жареньем воду слить, рыбу не ополаскивать.

• Запах морской рыбы можно устранить, если на 2–3 часа

засыпать ее нарезанным луком или натереть лимоном. Еще один способ: рыбу готовить с томатным соусом, рассолом или хреном.

• Запах трески легко исчезнет, если подержать рыбу в столовом уксусе или протереть разрезанным лимоном.

• Специфический запах камбалы можно устранить, удалив при обработке кожу с темной стороны. Чтобы пальцы при этом не скользили, следует обмакнуть их в соль.

• При тепловой обработке щуки рекомендуется класть больше пряностей, чтобы перебить свойственный ей илистый запах.

• Кожу с сельди снимают в направлении от головы к хвосту.

• Кожа снимается с филе круглых и плоских рыб одинаково. Используйте острый нож с длинным лезвием. Положите филе на разделочную доску кожей вниз. У основания хвоста сделайте небольшой надрез до кожи, затем слегка отделите мясо от кожи. Туго натяните кожу у хвостового конца. Держите нож под углом 40° к коже и легкими пилящими движениями ведите его между кожей и мясом. Пинцетом удалите все мелкие косточки.

• У наваги кожу лучше удалить, так как она неприятна на вкус и на вид. Вначале отрезают нижнюю челюсть рыбы, кожу надрезают вдоль спины и снимают «чулком» от головы к хвосту.

• Рыбные блюда готовьте в последнюю очередь, так как их нельзя подогревать: рыба быстро теряет вкус.

• Нельзя солить сырую рыбу задолго до тепловой обработки, так как это ухудшит вкус рыбы.

• Для приготовления блюд из рыбного фарша, рыбных супов, тушеной рыбы рекомендуется применить тертый мускатный орех – он придает им пикантный вкус.

• Макрель – питательный, витаминозный продукт. 50 г мякоти вполне удовлетворяют суточную потребность человека в витамине D.

• Нежная, сочная мякоть сарданеллы имеет кисловатый привкус. Ее можно жарить и варить.

• Путассу напоминает по вкусу хек. Эту рыбу рекомендуется варить, жарить, использовать для салатов.

• У камбалы, палтуса, морского окуня мякоть белого цвета с небольшим количеством костей, жирная и вкусная. Эту рыбу готовят отварной, припущенной, жареной, запеченной. Особенно она вкусна, припущенная под соусом.

• Если камбалу варят, то нужно добавить в бульон зелень и специи, а можно и сухое вино.

• Палтус солят и оставляют на 5–8 минут (чтобы не разварился), но в воду кладут уже меньшее количество соли. При жарке надо класть на хорошо разогретую сковороду.

• Скумбрию и ставриду лучше отварить, а хек обжарить и

после этого залить маринадом.

• Скумбрию отваривают в воде, добавив огуречный рассол и специи (после варки использовать бульон нежелательно).

• Если хек припускают в духовом шкафу, его надо поливать бульоном (хранить можно в этом же бульоне, но недолго), если хек жарят, то его все равно нужно довести до готовности в духовом шкафу.

• Солнечник исключительно вкусен, напоминает судака. Его можно готовить с различными соусами или же использовать для салатов, пирожков, омлетов, запеканок и других блюд.

• Лосось, тунец и рыба-меч быстро готовятся в гриле и остаются сочными и нежными. Смазывание рыбы соусом перед приготовлением придаст ей аромат. Запекать рыбу можно с кожей, и перед подачей на стол, по желанию, кожу можно отделить ножом для чистки овощей.

• Мясо мороженого лосося следует отваривать или жарить на решетке.

• Малосольное мясо лосося лучше всего использовать для салатов и холодных закусок.

• Мороженого или охлажденного усача необходимо особенно тщательно проварить или прожарить.

• Осетрину, белугу, севрюгу для холодных блюд варят крупными кусками и нарезают на порции перед подачей к столу. Рыба, сваренная целиком, вкуснее и сочнее. Для осетровых специи почти не нужны.

• Морская рыба вкусна под майонезом. Морского окуня, камбалу, палтуса, макруса рекомендуется обжарить и после этого залить маринадом.

• Щуку лучше всего фаршировать, но если ее нужно отварить, то, чтобы убрать неприятный привкус, в воду добавляют больше пряностей, чем к другой рыбе.

• Навагу лучше жарить в сухарях, но перед жаркой желательно снять кожу.

• Из окуней и ершей лучше варить уху (особенно вкусная и наваристая уха получается из свежих ершей), а треску лучше отваривать и жарить (из филе хорошо готовить рубленые изделия).

• Свежие лещ, линь, вобла, карп вкусны в жареном виде.

• Треска, вымоченная в молоке, приобретает нежный вкус, а специфический морской запах при этом значительно уменьшается.

• Блюда, приготовленные из трески и камбалы, лучше подавать под острыми соусами, чтобы ослабить характерный для этих рыб морской запах.

• Головы, кости, кожу и плавники рыбы тщательно промывают и используют для бульонов. Жабры необходимо удалить.

• Вязигу используют как фарш для пирожков. Для этого ее промывают в холодной воде и варят до готовности.

• Икру и молоки используют для приготовления паштетов, форшмаков, запеканок, а икру еще и для осветления рыбных бульонов.

• Чешую рыбы можно использовать для приготовления рыбного желе. Для этого ее заливают холодной водой (из расчета 3 л воды на 1 кг чешуи) и варят на очень слабом огне 1,5–2 часа, после чего процеживают.

• Для приготовления рыбы под маринадом свежую поджаривают, а соленую – варят.

• Готовя начинку для пирожков или кулебяк, расстегаев, свежую рыбу отваривать не нужно, достаточно обдать крутым кипятком.

• Соленую рыбу, предназначенную для пирожков и расстегаев, после вымачивания нарезать и на 1–2 часа положить в растительное масло.

• Готовые рыбные блюда можно посыпать мелко нарезанным луком, петрушкой, укропом. Можно использовать для этого ботву редиса – она даже полезнее самой редиски.

• К отварной холодной рыбе хорошо подавать хрен, смешанный со свеклой (ее натирают на терке) и заправленный солью и уксусом.

• К рыбе можно подать оригинальные гарниры из зелени петрушки, укропа и сельдерея. Для приготовления гарнира «зеленые сухари» надо крупно измельченные сухари пережарить с зеленью. Если обжарить зеленые веточки укропа, петрушки и сельдерея, получится гарнир «жареная зелень». Гарнир «зеленое масло» – это сливочное масло, перемешанное с мелко нарезанной зеленью укропа, петрушки, сельдерея.

• Соленые и маринованные огурцы, каперсы и маслины придают рыбе пикантный вкус.

• Шпинат, щавель хорошо подходят к запеченной рыбе.

• Лук и хрен – отличный гарнир ко многим рыбным блюдам.

Рыба отварная, на пару, припущенная и заливная

• Прежде чем отваривать рыбу с сильным запахом, подержите ее 1 час в растворе уксуса (2 столовые ложки на 1 л воды). Можно вместо этого влить в кастрюлю с рыбой свежего молока – запах исчезнет, рыба станет вкуснее и мягче.

• Для уничтожения при варке специфического запаха трески,

камбалы, щуки, сома, кроме кореньев, лука и специй, можно прибавить на каждый литр воды 0,5 стакана огуречного рассола. Огуречный рассол не только устраняет запах, но и не дает рыбе развариваться и крошиться. На полученном бульоне можно приготовить рассольник или солянку.

• Свежая рыба (особенно щука) не будет отдавать болотом, если при варке положить в воду два-три раскаленных березовых уголька.

• Чтобы рыба была вкусная, ее подкисляют перед тепловой обработкой уксусом, лимонным соком или сухим вином. После этого рыбу необходимо положить в закрытую посуду и некоторое время выдержать в холодильнике. Мясо станет сочным, запах приятным.

• Крупную рыбу кладут в кастрюлю с холодной водой, а когда закипит, время от времени подливают еще воды, чтобы рыба не разварилась, то есть нужно варить рыбу при 95 °С – близкой к кипению.

• Мелкую рыбу бросают только в кипяток. Мороженую рыбу – только в холодную воду. Как только вода закипит, убавьте огонь.

• Не следует варить мелкую и крупную рыбу в одной кастрюле, так как от размера рыбы зависит время варки.

• Рыбу при варке ухи следует класть в холодную воду, а для подачи под соусом – в кипящий отвар с кореньями, репчатым луком, перцем, лавровым листом и солью.

• Рыбу желательно готовить быстро. Если вы передержите рыбу, она станет жесткой или развалится, что может испортить вкус.

• Порционные куски рыбы сохраняют форму, если до варки на коже сделать 2–3 надреза.

• Подготовленную для варки рыбу заливают водой в таком количестве, чтобы она только покрывала рыбу (в качестве жидкости используют в первую очередь собственный сок рыбы), доводят до кипения и варят на слабом огне (при температуре, близкой к кипению), добавляя морковь, петрушку, репчатый лук, сельдерей, лавровый лист и перец горошком.

• При варке рыбу не следует подвергать длительному и бурному кипению, так как при этом она сильно вываривается, разваривается, ухудшается ее вкус и внешний вид, а при нарезке она будет крошиться.

• Чтобы рыба не разламывалась, варить ее надо небольшими партиями.

• Чтобы рыба не разварилась и не крошилась, отваривать ее нужно с огуречным рассолом. Кусочки останутся целыми, и рыба получится вкуснее и ароматнее. Можно добавить сладкий

стручковый перец.

• Чтобы при варке рыба не деформировалась, на поверхности кожи нужно сделать неглубокие надрезы.

• Чтобы рыба при отваривании сохранила форму, ее следует перевязать шпагатом и положить брюшком вниз или завернуть в холщовую салфетку.

• Отваривать рыбу можно с головой, достаточно только удалить глаза и жабры, а вот жарить – без головы.

• Безвкусные сорта рыб нужно варить долго, чтобы таким образом пропитать рыбу вкусными составными частями бульона, приготовленного из сильно посоленной воды, уксуса, зерен перца, лаврового листа, лука и петрушки.

• Особенно вкусна рыба, сваренная в говяжьем бульоне.

• Гораздо вкуснее и ароматнее получится отварная рыба, если при варке добавить в воду свежее (не кислое) молоко (1 стакан молока на 2 стакана воды).

• Чтобы вареная рыба была вкуснее, солить и перчить ее следует в самый последний момент, в конце варки.

• При отваривании рыбы воду следует солить больше, чем при варке мяса и других продуктов.

• Если вы пересолили отварную рыбу, выньте ее из бульона, залейте кипящей водой, доведите до кипения, подержите в воде 2–3 минуты.

• Если рыбный бульон предлагается использовать для соусов, закусок и заливных, то его почти не солят.

• Почти все сорта морской рыбы можно отваривать. Но, чтобы она получилась вкусной, нужно соблюдать следующие правила: во-первых, отваривать рыбу в открытой эмалированной посуде; во-вторых, следует сочетать жирные и нежирные сорта рыбы, например треску и палтуса, масляную рыбу и путассу, солнечника и луфаря. Возьмите два сорта рыбы (по 0,5 кг каждого) и отварите в 1,5 л воды (не более!). Для этого вскипятите воду, добавьте 1 чайную ложку соли, положите мелко нарезанную 1 морковь и 1 луковицу, 5 горошин черного перца, 1 лавровый лист, мяту, петрушку и укроп. Дайте прокипеть 5 минут, затем опустите рыбу, очищенную и нарезанную на куски толщиной 3 см. Рыба должна вариться 7 минут (не более). Ее нельзя переваривать, иначе она станет твердой и невкусной.

• Более вкусной получается рыба, отваренная целиком либо крупными кусками. Целыми тушками варят судака, лосося, форель, кефаль, нельму, стерлядь, мелкого морского окуня, карасей.

• Рыбу осетровых пород, а также сома лучше варить большими кусками и нарезать непосредственно перед подачей к

столу.

• Подготовленные тушки осетровой рыбы перед варкой лучше перевязать шпагатом, иначе они потеряют форму.

• Отваривая осетровую рыбу, много специй класть не нужно, так как у нее нежное мясо с приятным запахом.

• Не рекомендуется отваривать миногу, леща, угря, сазана, навагу, карпа: бульон из них получается горьковатым.

• Чтобы уничтожить илистый привкус щуки, отваривать ее нужно с большим количеством пряностей.

• При варке лососевых рыб и форели на 1 л воды влить 1 чайную ложку 3 %-го уксуса, чтобы сохранился природный цвет рыбы. Когда вода закипит, снять пену, убавить огонь и варить без кипения до готовности.

• Чтобы палтус меньше разваривался, его надо посолить и отложить на 4–5 минут, а затем отварить, причем соли положить вдвое меньше, чем обычно.

• Мерлуза будет менее сладкой на вкус, если при варке в воду добавить лимонную кислоту.

• Рыба готова, как только станет насквозь матовой. Помните, что рыба продолжает готовиться даже после того, как ее сняли с огня.

• Для проверки готовности кусковой рыбы и филе воткните острие ножа в самую толстую часть и аккуратно раздвиньте мясо – оно должно быть матовым. И еще: вареная рыба считается готовой, если плавники ее легко отделяются от мякоти.

• Чтобы рыба оставалась сочной, держать ее нужно в той же кастрюле, накрытой крышкой, в которой она варилась, с минимальным количеством жидкости (чтобы только покрывала рыбу).

• Чтобы рыбный бульон был прозрачным, процедите его через двойной слой марли или салфетку, смоченную в горячей воде. Осветлить можно бульон взбитым яичным белком (см. приготовление заливной рыбы – ниже).

• Рыба, приготовленная на пару, вкуснее отварной, так как в ней сохраняется значительно больше вкусовых веществ.

• Рыбу часто готовят припущенной – варят в небольшом количестве жидкости. При этом рыба получается вкуснее, чем отварная, так как при этом способе меньше питательных веществ уходит в отвар.

• Перед припусканием рыбу ошпаривают кипятком, белки при этом сворачиваются, и все питательные вещества рыбы лучше сохраняются.

• В посуду, где припускают рыбу, обычно добавляют ароматные коренья, специи, лук. Иногда для улучшения вкуса в

бульон доливают немного сухого белого вина или отвар из свежих грибов.

• Чтобы рыбный бульон имел красивый цвет, в него добавляют шафран или лук в кожуре.

• Припущенную рыбу подают горячей и холодной.

• И припущенная, и рыба, приготовленная на пару, имеют бледную окраску, поэтому они будут отлично сочетаться с яркими соусами.

• Припущенная или приготовленная на пару рыба годится только для второго, а из малого количества бульона можно приготовить только соус.

• Оригинальным гарниром к отварной или припущенной рыбе служит «зеленое масло».

• Для заливной рыбы не потребуется желатин, если чешую рыбы промыть и проварить в марлевом мешочке 2 часа на маленьком огне, а затем в этом отваре, предварительно процедив его, варить рыбу.

• Если бульон, приготовленный для заливной рыбы, получился мутным, можно осветлить его яичным белком. Влейте белок в охлажденный бульон, размешайте, нагрейте до кипения и подержите на слабом огне 15 минут. Затем дайте бульону отстояться и осторожно, не взбалтывая, процедите через салфетку.

• Можно осветлить бульон, если взбить яичный белок, смешать его с сырой тертой морковью, после чего добавить в бульон. Затем дать бульону отстояться и осторожно процедить через салфетку.

• Чтобы заливное вынуть из формочки, ее надо на несколько секунд до краев опустить в посуду с горячей водой, затем накрыть тарелкой и, перевернув вверх дном, слегка встряхнуть.

Рыба тушеная и жареная

• Для тушения можно использовать любую рыбу, но целесообразнее с сухой и жесткой мякотью, например минтай или соленую рыбу. Кроме того, хорошо тушить рыбную мелочь, у которой при длительном тушении размягчаются кости. Тушить можно сырую и обжаренную рыбу. Тушеная обжаренная рыба получается еще вкуснее.

• Если вы собираетесь тушить или жарить рыбу, то солить и перчить ее лучше сырой.

• Соленая рыба, тушенная с овощами, становится очень сочной, мягкой и ароматной.

• При тушении рыбы, и особенно филе, не следует добавлять

много жидкости, так как ее достаточно в самой рыбе.

• Особый вкус и аромат придают рыбе специи и пряности – лавровый лист, черный перец горошком, гвоздика, корица.

• Вкус и внешний вид блюда из тушеной рыбы значительно улучшатся, если добавить в него отварные грибы (белые, шампиньоны) или их отвар.

• Чтобы улучшить вкус тушеной камбалы, щуки, трески, сайры, рекомендуется добавить в жидкость майонез (5–10 % от веса рыбы).

Эту жидкость (с майонезом) следует использовать для приготовления соуса. Майонез можно добавлять и при тушении мелкой рыбы.

• При тушении в горшочке и приготовлении рагу выбирайте рыбу с плотным мясом, которая сохраняет свою форму в процессе термообработки, – треску, пикшу и удильщика (морского черта), или используйте несколько сортов для разнообразия структуры и вкуса.

• Пересол рыбы исправляется при помощи пресного мучного соуса, несоленого картофельного пюре, сметаны в смеси с большим количеством пряных трав (укропом, петрушкой, луком) – пересоленная рыба слегка тушится в сметане.

• Подают тушеную рыбу вместе с овощами, в которых она тушилась.

• Для жарки используют практически любую рыбу.

• Рыба во время обжаривания не скрючивается, если на ней предварительно сделать надрезы.

• Чтобы при жарке бычки не деформировались, их после потрошения надо слегка вытянуть.

• Для жарки филе крупных круглых рыб, например лосося, можно нарезать на тонкие куски (эскалопы) толщиной примерно 1 см. Ножом с тонким лезвием отрезайте ровные куски, начиная с хвостовой части филе и двигаясь по направлению к голове. Держите нож почти горизонтально и всегда обращайте режущую часть в сторону хвоста.

• Чтобы эскалопы были еще тоньше, их можно поместить в полиэтиленовый пакет или между листами пергаментной бумаги и отбить.

• Для получения стейков сделайте на боку рыбы надрезы на равном расстоянии друг от друга, затем с силой рассеките на месте каждого надреза мякоть и хребет. Заверните края каждого стейка внутрь к центру. Сколите их деревянной шпажкой для коктейля, чтобы они не раскрылись во время жарки.

• Подготовленную к обжариванию рыбу желательно подсушить на жесткой белой бумаге или салфетке, тогда она

лучше подрумянится.

• Если перед тем как жарить рыбу, вы подсолите ее и дадите 10–15 минут полежать, чтобы соль впиталась, рыба не будет крошиться.

• Перед жаркой хорошо обвалять рыбу в смеси лимонного сока, растительного масла, соли, репчатого лука и зелени и, накрыв крышкой, выдержать в холодильнике 15–20 минут.

• Вкус рыбы значительно улучшится, если перед панировкой ее выдержать 20–30 минут в холодном молоке или смазать сметаной.

• Панировка рыбы в яйцах, сухарях, тертом сыре уменьшает ее специфический запах, и рыба не раскрошится при жарке.

• Не рекомендуется панировать рыбу только в сухарях, так как при жарке они отстанут, лучше обвалять ее в муке.

• Можно выдержанные в молоке куски рыбы последовательно обвалять в муке, во взбитых яйцах, а затем в панировочных сухарях. При такой панировке рыба получается сочной и ароматной.

• Перед жаркой порционные куски рыбы осетровых пород надо на 2–3 минуты положить в горячую воду, а затем обмыть холодной водой.

• Филе лучше жарить, не размораживая, в большом количестве жира.

• Вкус морской рыбы улучшится, если перед жаркой ее сбрызнуть лимонным соком или винным уксусом и оставить на 15–20 минут.

• Чаще всего для жарки рыбы берут растительное масло. Чтобы во время жарки рыбы масло не разбрызгивалось, сковороду нужно накрыть дуршлагом.

• Любая рыба будет вкуснее, если жарить ее на смеси подсолнечного и сливочного масла.

• Рыбу для холодных блюд лучше всего жарить на растительном масле.

• Рыбу для приготовления холодных закусок слегка обжарьте с петрушкой, морковью, луком, добавьте лимонную кислоту или огуречный рассол.

• Рыба не будет прилипать к сковороде, если в жир добавить немного соли. Однако помните, что рыбу перед жаркой вы уже посолили.

• Небольшое количество растертого мускатного ореха, добавленного в разогретое растительное масло, придает жареной рыбе специфический аромат и вкус.

• При жарке рыбы основным способом ее сначала обжаривают с обеих сторон (с каждой не менее 5 минут), а затем доводят до

готовности в духовом шкафу.

• Для того чтобы рыбное филе равномерно прожарилось, подверните тонкую часть филе под основную часть.

• Палтус перед жаркой рекомендуется запанировать в пшеничной муке, затем смочить в льезоне и запанировать в сухарях.

• Чтобы треска стала вкуснее, подрумянившиеся с одной стороны куски можно перевернуть, положив под каждый из них кусочек сливочного масла, а сверху посыпать жареным луком.

• Скумбрию и ставриду перед жаркой смочите во взбитом яйце, а затем обваляйте в муке или сухарях.

• Рыбу перед жаркой можно также обвалять в кукурузной муке или в тертом картофеле. Кусочки рыбы, приготовленные таким способом, легко разваливаются, поэтому переворачивайте их осторожно и один раз. Зато в готовом виде рыба получается с золотистой хрустящей корочкой.

• Чтобы устранить неприятный запах во время жарки рыбы, в растительное масло можно положить очищенную и нарезанную ломтиками картофелину.

• Чтобы отбить рыбный привкус, рыбу необходимо обильно засыпать смесью лука и укропа (1 стакан измельченной смеси на 1 кг рыбы) и жарить на сковороде под крышкой 30 минут.

• Жарить во фритюре рекомендуется только твердые и крепкие породы рыб (судак, сом, морской окунь, сиг, хек и подобные).

• Для жарки рыбы во фритюре лучше использовать жировые смеси из растительного масла и животного жира – тогда рыба хорошо подрумянится и не подгорит.

• Обжаривая во фритюре куски или изделия из рубленой рыбы, не прокалывайте их вилкой, чтобы не вытекал сок.

• Жареная рыба получится особенно вкусной, если подержать ее в молоке, затем обвалять в муке и обжарить в кипящем масле.

• При жарке рыбы в тесте ее кусочки сначала лучше обвалять в муке, а затем окунуть в тесто.

• Готовя рыбу в тесте, ее нужно сначала обжарить в жире, нагретом до 160–170 °С, затем переложить в дуршлаг, дать жиру стечь, уложить на сухой противень и поставить на 3–4 минуты в горячий духовой шкаф.

• Для приготовления кляра просеянную муку разводят теплым молоком (30–40 °С), тщательно размешивают, добавляют растительное масло, соль и оставляют на 15–20 минут для набухания клейковины. Перед жаркой в тесто вводят взбитые белки и массу осторожно перемешивают.

• Можно приготовить кляр и другим способом: взять 1 банку

майонеза, добавить 2 взбитых яйца, соль, перец. Затем смесь размешать с мукой до густоты сметаны. Можно вместо муки взять крахмал, разведенный водой, он лучше удерживает кляр на рыбе.

• Готовность жареной рыбы можно определить, проколов ее мякоть деревянной зубочисткой, – если она вошла свободно и появился прозрачный сок, значит, рыба готова.

Рыба запеченная и рыба-барбекю

• Запекание рыбы – один из самых простых способов приготовления. В старину рыбу чаще запекали, чем жарили, так как в печи запекать гораздо удобнее, чем жарить. К тому же печеная рыба отличается особым вкусом, сочностью, а по современным понятиям она значительно полезнее, чем отварная или жареная.

• Основное правило – не передержать. Для запекания пригодна любая рыба, кроме рыбной мелочи, но при одном условии, что она будет абсолютно свежей, как живой, уснувшей, охлажденной, так и замороженой, причем запекание целой мороженой рыбы не требует ее размораживания.

• Одним из способов запекания рыбы является запекание ее целой, с головой, хвостом, плавниками и не нарушенной никаким разрезом или проколом. Запекаемая рыба должна быть закрыта герметично. Рыбу не надо чистить от чешуи, вспаривать и вычищать от внутренностей! Запекание должно проходить только при полной герметичности рыбы. Лишь в этом случае рыба, как продукт, насыщенный жидкостью, но не водой, а рыбьим соком, содержащим массу белков и других полезных веществ, сохранится полностью.

Целую рыбу надо обмыть от внешней слизи и загрязнений, густо обсыпать солью (среднего или крупного помола и по возможности не йодированной), положить на лист в духовку повыше и запекать в зависимости от ее величины от 10 до 30 минут. Если рыба крупная и толстая, надо ее через 20 минут перевернуть на другой бок. Главным показателем готовности рыбы служит затвердение корки на ней. Вынув запеченную рыбу, дайте ей остыть 10 минут, затем отломите голову и осторожно снимайте поверхностную корку, состоящую из соли, чешуи и кожи. Сняв корку с одной стороны, освободите рыбу от внутренностей, прямо с пленкой, в которой они находятся (вынимать нужно осторожно, чтобы пленка не разорвалась и не разлилась желчь). Только после очистки внутренностей можно рыбу перевернуть, но уже положить на блюдо очищенной стороной и снимать оставшуюся корку. Рыба будет целой, но

чистой, оголенной, готовой и для еды, и для употребления в салаты, закуски и вторые блюда.

• Рыбу можно запекать сырой, тушеной или жаренной целой тушкой либо нарезанной на порционные куски, без реберных костей, с кожей и без нее. Сырую рыбу лучше запекать в натуральном виде или с картофелем, жареную – под сметанным соусом, красным соусом и грибами.

• Чтобы приготовить печеную рыбу, ее нужно нарезать на куски, посолить, поперчить, положить на смазанный маслом противень, накрыть другим противнем или крышкой и печь в духовом шкафу. Когда рыба будет готова, крышку снять, а рыбу слегка подсушить.

• Для придания аромата и улучшения вкусовых качеств запеченной рыбы можно:

– перед тем как запечь рыбное филе, покрыть его ломтиками лимона толщиной с бумагу; добавить лимонные дольки в жидкость, образующуюся при тушении, или просто подать готовую рыбу, сбрызнув ее лимонным или другим цитрусовым соком;

– выдержать рыбу в маринаде, приготовленном из растительного масла, уксуса, соевого соуса, хереса и тертого свежего имбиря;

– перед приготовлением смазать рыбу соусом, приготовленным из горчицы, каперсов, мелко нарубленного лука-порея и обычного нежирного йогурта или майонеза с низким содержанием жира;

– при запекании рыбы в сметанном соусе на сковороду сначала налить небольшое количество соуса, затем положить жареную рыбу, снова залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, смешанным с толчеными сухарями;

– натереть кожу цельной рыбы смесью специй и, перед тем как запечь или жарить рыбу, сбрызнуть ее небольшим количеством растительного масла.

• Карась, линь, карп в соусе получаются более сочными, если их запекать при температуре 250–280 °С.

• Готовя рыбу под молочным соусом с капустой, капусту нужно предварительно слегка притушить.

• Блюда из морской рыбы хороши с соусом. Для жирной рыбы (палтуса, камбалы, зубатки) рекомендуются кисловатые соусы (томатный, луковый, белый). Соусы к такой рыбе, как треска, хек, макрурус, скумбрия и ставрида, должны содержать сметану, масло, яйца. Можно использовать майонез.

• Рыбу запекают в сильно нагретом духовом шкафу, тогда на поверхности соуса образуется румяная корочка и блюдо

получается сочным.

• При запекании рыбы посуда должна быть заполнена до краев, иначе влага быстро испарится и блюдо получится сухим и невкусным.

• Сочной и вкусной получается рыба, запеченная в пергаментной бумаге (бумага более привлекательна, так как после выпекания она красиво вздувается) или фольге. Рыбу чистят, моют, солят, кладут специи (лавровый лист, черный перец) и овощи, затем заворачивают в фольгу или бумагу и помещают в нагретый духовой шкаф.

• Все жесткие овощи (морковь, болгарский перец) нарезайте на тонкие ломтики или мелкие кусочки, чтобы они пропеклись равномерно. Овощи, требующие долгой термической обработки (картофель, капуста), предварительно сварите до полуготовности и дайте им остыть.

• Надежно заворачивайте края бумаги или фольги, чтобы пар из них не мог вырваться.

• Приготовление рыбы в бумаге или фольге позволяет ее варить на пару в собственном соку, и рыба остается сочной и ароматной. Для того чтобы рыба пропеклась равномерно, выбирайте филе одинаковой толщины.

• Вскрывая пакеты, постарайтесь избежать утечки пара.

• Рыбу можно запекать в соленой корке – выложить ровным слоем морскую соль толщиной 5 см на дно формы, положить рыбу на соль и покрыть еще одним слоем соли, сбрызнуть соль водой и запекать рыбу при 220 °С. Когда рыба готова, нужно разбить верхнюю корку соли, вынуть рыбу, смахнуть оставшуюся соль и сразу подавать рыбу к столу.

• На решетке рекомендуется жарить рыбу большими кусками или целой тушкой. Перед обжариванием ее следует обсушить салфеткой, посолить, поперчить, смазать растопленным сливочным маслом и обвалять в сухарях.

• Нельзя несколько раз переворачивать рыбу на решетке. Перевернуть ее нужно только тогда, когда одна сторона подрумянится.

• «Мясной» вкус и плотная структура таких рыб, как тунец, лосось, палтус, делает их пригодными для барбекю. Для улучшения вкуса, перед жаркой, рыбу желательно замариновать или смазать оливковым маслом, чтобы она осталась сочной (над сильным огнем рыба может быстро высохнуть).

• Слегка смажьте решетку гриля маслом или посыпьте кукурузной мукой, чтобы рыба не прилипла.

• Как и для всех рыбных рецептов, свежесть рыбы и непродолжительная термическая обработка имеют

первостепенную важность при приготовлении рыбы-барбекю.

• Для настоящего вкуса рыбы-барбекю лучше установить жаровню на открытом воздухе, а саму рыбу готовить на шампурах. Во время жарки на шампурах ее периодически поливают жиром.

• Вы можете проверить, готова ли рыба, воткнув в самую толстую часть рыбы вилку и слегка провернув ее. Если рыба готова, она легко раскрошится.

Рыбная котлетная масса, сельдь и рыбные консервы

• Для приготовления котлетной массы мякоть рыбы пропускают через мясорубку вместе с размоченной в воде или молоке булкой и репчатым луком, затем в фарш добавляют сырое яйцо, соль, молотый перец и тщательно перемешивают. Из фарша можно формовать котлеты, битки и т. д.

• Котлеты сохранят форму при жарке, если пропустить через мясорубку филе с кожей.

• Добавление пассерованного репчатого лука в рыбный фарш придает ему особый аромат и удлиняет срок хранения.

• Для пикантности и остроты котлет в котлетную массу можно добавить уксус или горчицу.

• В котлетную массу из нежирной рыбы (щуки, трески) для рыхлости добавляют холодную вареную рыбу.

• В котлетную массу из нежирной рыбы можно положить свиное сало-сырец, сливочное масло, жир с внутренностей рыбы (50–100 г на 1 кг мякоти), причем сырое свиное сало или жир вместе с рыбой пропускают через мясорубку, а сливочное масло размягчают и смешивают с готовой котлетной массой.

• Отличные рыбные котлеты получаются из филе трески и свежего или консервированного лосося. Для того чтобы котлеты получились вкусными, мелко нарубите рыбу, не пропускайте ее через мясорубку, а измельчите вручную.

• Блюдо из рубленой рыбы готовится так: рыбу порубить ножом из нержавеющей стали, залить яйцом, перемешать, добавить натертую на мелкой терке морковь, мелко нарубленный лук и пряности (перец, лавровый лист, укроп). Сложить хорошо размешанную массу в глубокую сковороду и полить подсолнечным маслом, после чего плотно накрыть крышкой и поставить на 30–40 минут в духовой шкаф.

• Для приготовления котлетной массы из рыб, мякоть которых обладает клейкими свойствами (судак, щука, окунь), сырые яйца в фарш можно не класть.

• Чтобы котлеты не развалились при жарке, нужно обжарить

их с одной стороны, потом дать им остыть до комнатной температуры и лишь потом обжарить другую сторону.

• Рыбные котлеты будут готовы, если при нажатии на них будет вытекать прозрачный сок.

• Фаршированная рыба будет вкуснее, если в фарш и в бульон добавить немного сахара.

• При варке фаршированной рыбы на дно посуды можно положить тонкие ломтики сырой свеклы, моркови, лука, а на них – куски фаршированной рыбы.

• Шафран или чешуя лука, добавленные при варке фаршированной рыбы, придают ей и бульону, в котором она варится, красивую окраску.

• Эстетический вид блюда из сельди зависит от правильной ее разделки. Прежде всего следует тушку выпотрошить, удалить все внутренности и темную пленку на брюшке. Для этого сделайте острым ножом два разреза: поперечный у головы и второй вдоль спинки, а затем снимите кожицу, начиная от головы. Аккуратно отделите филе с позвоночных и реберных костей. В результате обработки у вас в руках должен остаться рыбий остов – с головой и хвостом.

• Иногда для украшения селедочных блюд нужна голова сельди. В этом случае отрежьте ее, удалите жабры, хорошо промойте и обсушите.

• Иногда для приготовления блюд из сельди необходимо предварительно ее вымочить. Среднесоленую сельдь рекомендуется замочить на 30 минут в воде, молоке или чае, а лучше всего в квасе.

• Очень соленую рыбу сначала вымачивают в холодной воде в течение часа, потом чистят, отрезают голову, потрошат, моют и снова вымачивают в течение 4–6 часов, меняя воду 3–5 раз.

• Для вымачивания 1 кг сельди залейте ее примерно 2–3 л холодной (не выше 12 °С) воды. Лучше всего вымачивать сельдь под тонкой струей воды, пристроив кастрюлю в раковине и положив на нее фанерный кружочек, это делается для того, чтобы вода не била нежную мякоть.

• Чтобы сельдь крепкого посола стала сочнее, закончив вымачивание, разделайте ее и залейте молоком на 3–4 часа.

• Сельдь с плотной мякотью или тощую вымачивают в молоке, а умеренно упитанную – в холодной кипяченой воде.

• Нежную и мягкую соленую, а также жирную сельдь рекомендуется вымачивать в крепком холодном настое чая: в воде она размякнет, а в чае станет даже плотнее, так как дубильные вещества, содержащиеся в чае, придадут мякоти рыбы упругость.

• Сельдь пряного посола можно вообще не вымачивать, чтобы

не пропал аромат пряностей. Если же она слишком соленая, то вымачивайте рыбу недолго.

• Если сельдь вымочили слишком сильно, то ее нужно залить 2–3 %-м подсоленным уксусом, поставить в холодильник на 2–3 часа, а затем уксус слить.

• Соленую рыбу, предназначенную для начинки пирогов, после вымачивания нарезать и на 1–2 часа положить в растительное масло.

• Вкус рубленой сельди намного улучшится, если ее протереть вместе с яблоками.

• Рубленая сельдь будет нежнее, если в нее добавить кусочек черствой белой булки, размоченной в молоке.

• Если нужно приготовить блюдо из соленой рыбы под маринадом, то ее вымачивают и варят, а не жарят.

• Если маринад для рыбы слишком кислый, то в него добавляют пассерованные на масле мелко нарезанные лук и морковь, смешивают с сахаром и водой (200 г на 1 л жидкости) и проваривают несколько минут.

• У доброкачественных рыбных консервов банка должна быть целой, без ржавчины, при вскрытии из нее не должны выходить дурно пахнущие газы; нельзя употреблять в пищу консервы из банок со вздутым донышком.

• Рыбные консервы в собственном соку или в томате добавляют в супы за 5 минут до окончания варки.

• Открытые консервы сразу используйте. Если же осталась часть, переложите в стеклянную посуду и накройте.

• Копченого угря при подаче на стол нарезают кусочками и обкладывают ломтиками лимона.

• Копченую или соленую красную рыбу нарезают наискось очень тонкими ломтиками и украшают лимоном или зеленью.

Беспозвоночные

• Беспозвоночные должны быть при покупке без повреждений и, как рыба, пахнуть свежестью и чистотой. Покупая беспозвоночных в замороженном виде, следите, чтобы упаковка была не повреждена, ее содержимое оставалось твердым и неподтаявшим. При оттаивании положите продукт прямо в упаковке на тарелку в холодильник до полного размораживания. Оттаявших и плавающих в жидкости беспозвоночных необходимо сразу готовить. Недопустимо повторное замораживание.

• Раков, крабов, креветок, мидий варят только в сильно кипящей подсоленной воде.

• Беспозвоночных нельзя переваривать, иначе мясо их станет

жестким.

• При покупке съедобных моллюсков убедитесь, что створки раковин у них плотно закрыты и не сломаны. Для проверки чуть-чуть раздвиньте створки. При постукивании они должны мгновенно защелкиваться. Тех моллюсков, у которых раковины остаются открытыми, придется просто выбросить.

• Если вы готовите моллюсков прямо в раковинах, выбрасывайте тех, что не открываются.

• Мыть съедобных моллюсков следует под струей проточной холодной воды, одновременно очищая их от песка жесткой щеткой.

• У ножа для моллюсков длинное лезвие и округлый кончик, которым удобно поддевать створки раковины.

• Чтобы не поранить руки, наденьте перчатки или кухонную рукавицу. Так и раковину легче держать.

• У ножа для устриц короткое лезвие и заостренный конец, чтобы просовывать его между створок раковин.

• Устриц и моллюсков открывают одним и тем же способом: возьмите в правую руку устрицу или моллюска, просуньте кончик ножа между верхней и нижней створками рядом с замком раковины. Протолкните лезвие ножа поглубже, а затем поверните нож так, чтобы полностью открылась раковина. Осторожно высвободите мясо из верхней створки, стараясь не вылить жидкость из раковины. Верхнюю створку выбросьте. Пройдитесь ножом под мясом устрицы, отрывая его от нижней створки.

• Свежих устриц можно покупать круглый год, но считается, что осенью и зимой они вкуснее.

• С мая по август идет размножение устриц – их употреблять в пищу нельзя, так как они в это время болеют и вредны для здоровья человека.

• Покупайте устриц с неповрежденными, плотно закрытыми створками раковин.

• Продаются и свежие устрицы без раковин. Они должны быть пухлыми, одинакового размера, пахнуть свежестью и плавать в прозрачной жидкости.

• Лучше всего устрицы триестские, венецианские, гольштейнские, английские и голландские.

• Возраст устрицы определяется по кольцам, образующимся ежегодно на раковине. У двухлетней – одно кольцо, у трехлетней – два. Хорошая вкусная устрица должна быть не младше четырех лет и не старше шести.

• Открывайте устриц непосредственно перед готовкой или подачей на стол; открытые или поврежденные устрицы выбрасывайте.

• Если вы собираетесь делать соус, то используйте для него жидкость, которая находится в раковине.

• Устрицы очень питательны благодаря находящемуся в них большому количеству белка.

• Чаще всего устрицы едят сырыми в одной из створок раковины, поэтому их следует открывать непосредственно перед едой.

• Сырые устрицы легко усваиваются организмом, поэтому их можно давать даже больным.

• Устрицы нужно жевать, а не глотать (хорошо усваиваются питательные вещества).

• Вареные или жареные устрицы трудно перевариваются, поэтому их следует запивать теплым молоком или заедать жирным сыром.

• Устрицы могут служить хорошим питательным средством при слабом желудке; их едят по 10–12 шт. утром натощак или за час до обеда вместе с поджаренным хлебом.

• Устрицы на ужин улучшают сон. При легочных заболеваниях питание устрицами улучшает общее состояние.

• Обычно устриц едят, полив лимонным соком, как только их откроют.

• На порцию достаточно 6 сырых устриц в раковинах.

• Мидий лучше всего покупать в зимний период.

• Покупайте мидии с неповрежденными, плотно закрытыми створками раковин или те, что защелкиваются, когда по ним стучат.

• Выбрасывайте те мидии, чьи створки остаются открытыми. Прикидывайте вес мидий в руке. В тяжеловатых может быть полно песку, а слишком легкие и бултыхающиеся при встряхивании могут оказаться мертвыми.

• По возможности готовьте мидии в день покупки или сбора – держите их в течение 2 часов в холодной соленой воде. Пресная вода их убьет.

• Если раковины покрыты илом или вы хотите приготовить мидии на следующий день, оставьте их на ночь в смеси холодной воды, 1 столовой ложки муки и 50 г соли.

• Очистите мидии от песка жесткой щеткой под холодной проточной водой, ножом соскребите со створок раковин усоногих раков.

• Мидии следует замочить в воде вместе с горстью обычной либо кукурузной муки (на 1,5 кг мидий). Тогда моллюски выбросят песок и впитают муку, что поможет им набухнуть и увеличиться в размере.

• Ость (волосяную нить) из раковин вынимайте

непосредственно перед приготовлением. Если это сделать заранее, мидия умрет и испортится.

• Чтобы вынуть ость из створок, ухватитесь за нее большим и указательным пальцами и оторвите или же соскребите ножом.

• Мидий варят в сильно кипящей подсоленной воде.

• После того как вы приготовили мидии, проверьте, все ли раковины раскрылись, и выбросьте те, что остались закрытыми.

• Чтобы мидии раскрылись, нужно залить их кипятком и подержать в нем 2–3 минуты.

• Подавайте не более 15 мидий на порцию.

• Морские гребешки продаются в раковинах или готовыми к употреблению – вымытыми, без раковин.

• Некоторые морские гребешки открываются еще в море, поэтому их можно покупать и в одной створке.

• Чаще всего морские гребешки продают замороженными или консервированными.

• В магазине выбирайте более «сухие» морские гребешки со сладким запахом. Старайтесь не покупать те, что были вымочены в фосфатах (так делают, чтобы их сохранить, сделать более пухлыми). Морские гребешки должны быть ярко-белыми, влажными и блестящими.

• Чтобы разморозить мясо морского гребешка, его кладут в кастрюлю с водой и оставляют при комнатной температуре на 2–3 часа, затем хорошо промывают в воде.

• Перед употреблением нужно вынуть и выбросить большой боковой мускул.

• Жирное белое мясо морского гребешка нужно отваривать в кипящей соленой воде (1–2 чайные ложки соли на 1 л воды) с добавлением перца, кореньев, моркови, петрушки, сельдерея в течение 10 минут – так его вкусовые качества сохранятся полностью.

• Если морского гребешка переварить, он сморщится и будет жестким. Прекращайте варить, как только увидите, что гребешок стал непрозрачным.

• Можно сварить гребешки в небольшом количестве сухого белого вина, тогда они приобретут более нежный вкус и нежный аромат.

• Мясо морского гребешка можно слегка потушить или запечь в гриле.

• На порцию достаточно 125 г морских гребешков.

• Мясо кальмара приятное на вкус и легко усваивается, оно содержит много белка, витаминов, йода, железа, фосфора и других минеральных веществ.

• Покупайте кальмаров с ярко-белым мясом, не мутными

глазами и свежим морским запахом. Проверьте, чтобы кожа и щупальца не были повреждены.

• Мороженых кальмаров лучше оттаивать в слегка подсоленной воде.

• Тщательно мойте тушку до и после разделки.

• Тушку кальмара при очистке крепко держите в одной руке, а голову и щупальца зажмите в другой. Аккуратно потяните, чтобы вынуть внутренности. Отрежьте щупальца перед самыми глазами. Выньте и выбросьте челюсти, скрытые в середине между щупальцами. Вытащите роговую хитиновую пластинку из кармана в теле кальмара и выбросьте ее. Снимите наружную пленку и выбросьте ее. Тщательно промойте внутри и снаружи под холодной проточной водой, вымойте щупальца.

• Из 750 г целого кальмара получится 450 г очищенного мяса. На порцию надо 125 г.

• Чаще всего в магазине продается уже очищенный кальмар или его филе. Для быстрого приготовления лучше покупать их.

• Можно окунуть филе кальмара в горячую воду, соскоблить пленку, затем тщательно промыть и отбить с двух сторон, чтобы мясо кальмара не было жестким.

• При отваривании опускайте кальмаров в кипящую подсоленную воду с добавлением зелени петрушки и укропа.

• Чтобы кальмары не стали резиновыми, готовьте их или очень быстро – менее 1 минуты, или длительно – более 30 минут.

• Кальмаров можно поджаривать на сковороде, тушить в соусе, мгновенно жарить в гриле.

• Из кальмара можно приготовить разнообразные закуски, первые и вторые блюда: кальмар под майонезом, кальмар заливной, салат, голубцы, фаршированные кальмаром, солянка и др.

• Если вы хотите подогреть кальмаров, следует поместить их на противень в слабо разогретую духовку на 10 минут, или разогреть в микроволновой печи. Мясо кальмара разогревать при помощи жарки нельзя: оно становится жестким.

• Креветки в большинстве случаев продаются замороженными, поэтому их можно покупать целый год.

• В зависимости от сорта панцирь у свежих креветок бывает разного цвета – светло-серым, коричневато-розовым или красным.

• Серые креветки должны быть с твердым на вид мясом и блестящим панцирем, который кажется туго набитым.

• Не покупайте креветок с черными крапинками на панцире – это старые креветки.

• Обычно креветок продают без головы. Если же вы купили их целыми, аккуратно оторвите головы перед тем, как снимать

панцирь.

• Для приготовления креветок достаточно нескольких минут – тушеные ли они, маринованные или жаренные в гриле.

• Сырые креветки считаются сваренными, когда они становятся полностью непрозрачными. При варке все креветки красного цвета.

• Не готовьте креветки слишком долго, иначе они будут жесткими.

• Готовые креветки без панциря должны быть плотными, с белым мясом и еле заметным запахом.

• Из 600 г креветок получается 450 г очищенного мяса.

• Креветки можно чистить до или после приготовления.

• Неочищенные креветки вкуснее, чем очищенные.

• У мелких и средних креветок жилку желательно убирать, но у крупных – обязательно, так как в ней может скапливаться песок.

• На порцию достаточно 125 г креветок.

• Креветочные панцири можно не выбрасывать, а сварить из них бульон. Положите панцири в кастрюлю, налейте воды столько, чтобы она только покрыла панцири. Доведите до кипения на сильном огне, затем уменьшите огонь и варите 30 минут. Оставьте панцири в бульоне до остывания. Затем процедите жидкость в миску и используйте для супов, соусов и т. д.

• Крабов можно покупать круглый год. Они продаются целыми, вареными или живыми или же только замороженные ноги, клешни, кусочки мяса, а также консервированными.

• Когда покупаете целых вареных крабов, то выбирайте с ярко-красным панцирем. Вареное крабовое мясо должно быть белое, с розовыми прожилками и со сладким запахом.

• Живые крабы должны быть подвижные.

• Крабов с твердым панцирем варят целиком, не вынимая мясо.

• Полинявшие крабы – это голубые или зеленые крабы, которые сбросили старый панцирь и наращивают новый.

Полинявшие крабы с мягким панцирем продаются в рыбных магазинах лишь с поздней весны до раннего лета. Их надо чистить до варки.

• Чтобы очистить краба, разрежьте его кухонными ножницами на 5 мм ниже глаз, переднюю часть выбросьте. Вырежьте плоский заостренный фартук снизу. Отогните назад верхнюю часть панциря с каждой стороны и выньте губчатые жабры. Жабры, так называемые «пальцы мертвеца», нужно выбросить. Промойте проточной водой и промокните бумажным полотенцем.

• Чем крупнее рак, тем вкуснее его мясо. Особенно вкусны

раки осеннего лова.

• Раков отваривают с добавлением мелко нарезанных кореньев, зелени укропа, лаврового листа, душистого перца и соли в закрытой посуде 8–10 минут, считая с момента закипания.

• Вынимать раков из охлажденного отвара нужно только перед подачей к столу, иначе они утратят сочность, будут невкусными.

• Раков, крабов, креветок варят в сильно кипящей подсоленной воде (1 столовая ложка соли на 1 л воды), добавив лавровый лист, черный перец горошком, стебли укропа.

• Омары. Есть 2 вида омаров: крупные мясные омары с клешнями и лангусты. У лангустов клешней нет, и их часто продают замороженными, в виде хвостов.

• Раков, крабов, креветок варят в сильно кипящей подсоленной воде (1 столовая ложка соли на 1 л воды), добавив лавровый лист, черный перец горошком, стебли укропа.

• Когда вы покупаете живого омара, поднимите его за голову – хвост должен завернуться, а сам он должен быть довольно тяжелым. Если омар легкий, значит, он несвежий, а мясо его уже высохло. Проверьте, чтобы клешни были неповрежденными.

• Покупайте замороженные хвосты омаров в целых упаковках и следите, чтобы в них не было льда. В мясе омара не должно быть сухих мест.

• Живых омаров надо покупать в тот день, когда собираетесь их готовить, так как они долго не хранятся.

• Целого омара покупают из расчета 600–750 г на порцию. Если вы покупаете только хвосты – порцию составит хвост весом 175–225 г или 2–3 небольших хвостика.

• Живых омаров бросают в кипящую воду, головой вниз. Варить омаров следует на умеренном огне 10 минут. У сваренного омара панцирь должен быть красным.

• Чтобы вынуть мясо из вареного омара, отломайте клешни и ноги. Щипцами для колки орехов сломайте большие клешни и вытяните мясо. Отделите голову от хвоста. Кухонными ножницами разрежьте вдоль тонкий панцирь с внутренней стороны. Аккуратно вытяните мясо из панциря целиком. Разрежьте мясо на хвосте вдоль внешнего изгиба на глубину около 5 мм, выньте темную жилку и выбросьте ее. По желании можно выскоблить из внутренней стороны панциря зеленую томалли (печень) и корайль (икру): выньте из головной части панциря жесткую часть, а затем ложкой выньте томалли и икру и добавьте к мясу. Губчатые жабры и мешок тоже выбрасываются. Сломайте жесткие части омара на несколько кусков и выньте из них зубочисткой или вилкой мясо.

КРУПЫ, МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Крупы

• Гели крупа имеет запах, ее надо тщательно промыть теплой водой, перетереть руками и просушить.

• Гели крупа имеет затхлый запах, значит, ее хранили во влажном месте. Такая крупа непригодна к употреблению. Зерна должны быть гладкими, ровными, без пятен.

• Манная, рисовая, овсяная крупы, ввиду легкости их усвоения, используются не только в общем, но и в диетическом и детском питании. Использование манной и овсяной круп в диетпитании связано с тем, что эти крупы богаты белком и крахмалом.

• Гречневая крупа – гречневая каша будет вкуснее, если ее варить из жареных зерен гречки. Из гречневой муки пекут блины.

• Кукурузная мука – высушенные зерна кукурузы (желтые или белые) размалываются в муку разного помола. Ге используют в выпечке, варят вкусные каши с молоком или с жареным луком на сале. В размолотой кукурузной муке сохраняется зародыш зерна, что придает ей особенный вкус.

• Пшеница – нешлифованное зерно пшеницы. Из нее делают салаты, пловы, каши, кутью. А из пшеничной муки – выпечку.

• Рис – длинный (тонкий, полированный белый рис); легко разваривающийся (этот рис уже был обработан давлением и паром); мгновенно варящийся (этот рис был уже частично или полностью сварен, а затем обезвожен – он варится за несколько минут, но остается сухим); коричневый (это не шлифованный рис) – у него удалена внешняя оболочка, но сохранены питательные вещества и слои волокнистых отрубей, отчего рис коричневого цвета и орехового вкуса.

• Рис промывают в холодной воде до тех пор, пока она не станет прозрачной (5–6 раз). Короткий, кругловатый, толстый рис надо замочить в чуть тепловатой воде на 10–15 минут, затем промыть холодной.

• Рис тонкий, мелкий, сухой, прозрачный (чаще всего это рис патна, называемый у нас пакистанским, вместо патанским), не промывая, замачивают в соленой холодной воде на 5–8 часов и лишь затем несколько раз промывают. При этом соль не растворяют в воде, а заворачивают в тряпочку или салфетку, на которую насыпают рис, а затем заливают водой. Соль лучше использовать крупную, кристаллическую.

• Длинноватый, сухой, но не тонкий, а скорее овальный рис после промывания холодной водой надо ошпарить кипятком, а затем вновь облить на сите или в дуршлаге холодной водой, после этого отварить.

• Ячмень – его шлифуют, чтобы снять внешнюю оболочку. Иногда ячмень заранее обрабатывают паром, поэтому он варится быстро. Из ячменя варят каши, пекут хлеб, делают салаты и супы.

• Не покупайте пакеты с крупой, в которых имеется пыль и плесень.

• Почти все крупы (кроме мелкой полтавской, смоленской, манной) перед варкой следует тщательно промывать. Особенно это относится к пшену, содержащему скоропортящиеся жиры, которые придают этой крупе горьковатый привкус.

• Крупы при промывании в посуде должно быть вдвое меньше по объему, чем воды, чтобы сор и пустотелые зерна свободно всплывали на поверхность, а песок оседал на дно. Залитую водой крупу перемешивают, затем большую часть воды сливают, а крупу вытряхивают на решето. Промывать крупу следует два-три раза.

• Пшено и перловую крупу сначала надо промыть теплой водой (40–50 °С), а затем – горячей (60–70 °С).

• Пшено надо промывать раз шесть-семь, пока вода не станет прозрачной.

• Если пшено горчит, его ошпаривают кипятком, сливают воду и только после этого варят.

• Перловка – кладовая белка и белковосодержащей клейковины. Обращаться с ней нужно как с бобовыми – разварить так, чтобы зерна не превратились в несъедобную «пулю».

• Ячневую крупу промывают только теплой водой.

Каши из круп

• Качество воды для варки каши важнее, чем для варки других видов пищи. При варке каши минеральные соли жесткой воды обязательно осядут, задержатся в зерне, – вот почему каша «вдруг» может стать невкусной, хотя для нее взято хорошее зерно, варилась она положенное время, не подгорела и т. д.

• При дозировании жидкости надо учитывать, что часть воды при промывке всегда останется в крупе.

• При варке каши из круп, которые не промываются (манная, «Геркулес», дробленая гречневая), жидкость сразу влейте в кастрюлю, посолите, доведите до кипения и затем всыпьте крупу. Жидкость при этом должна покрывать крупу, чтобы зерна равномерно разбухали и каша хорошо упрела.

• Доливать воду в процессе варки каши не рекомендуется.

• Вязкие каши обычно готовят на молоке, а рассыпчатые – на воде или бульоне.

• При варке каша не должна сильно кипеть.

• Кашу солят только тогда, когда она почти готова, потому что положенная рано соль помешает крупе сделаться мягкой, а также соль способствует пригоранию каши.

• Молочные каши солят меньше, чем каши, сваренные на воде, а соль и сахар кладут раньше, чем крупу.

• Готовя вязкую и жидкую кашу, сначала ее непрерывно помешивают медленными кругообразными движениями, а когда она равномерно загустеет, доваривают на небольшом огне, накрыв крышкой.

• Некоторые крупы плохо разваривaются в молоке. Поэтому при варке вязких каш овсяную, перловую, рисовую, пшенную сначала кладут в кипящую воду и варят до полуготовности, а потом заливают горячее молоко и доваривают.

• Вкус каши значительно улучшится, если заливать ее кипящей водой. Есть еще один способ: отварить в воде до полуготовности, слить воду, добавить немного молока и не снимать кашу с огня, пока крупа не впитает все молоко. Если же молока мало, то можно с самого начала варить кашу на водно-молочной смеси.

• Для улучшения вкуса в жидкие и вязкие каши (кроме каш из гречневой крупы) можно добавить сахар из расчета 125 г на 1 кг крупы.

• Чтобы получить рассыпчатую кашу, крупу нужно немного поджарить и при варке не мешать.

• Рассыпчатую кашу лучше готовить в казанке. Для такой каши объем жидкости в 2 раза должен превышать объем крупы, и в конце приготовления поверхность каши нужно проткнуть (вилкой, ножом) в нескольких местах.

• Чтобы рассыпчатая каша, упревая, не пригорела, поместите казанок в кастрюлю побольше с горячей водой и поставьте на плиту или в духовку.

• Если внести в самом начале приготовления каши в кипящую воду масло, то каша будет вкусная и более рассыпчатая.

• Когда каша загустеет, добавьте кусочек сливочного масла, накройте казанок пергаментом, а потом крышкой и поставьте в духовку на слабый огонь.

• Каша хорошо «доходит» не только в духовом шкафу. Когда каша загустеет, закройте плотно кастрюлю, заверните в газету и одеяло и дайте постоять.

• Готовую кашу, сняв сверху сухую корку, можно разрыхлить большой вилкой – получится как рассыпчатая.

• Если каша пересохла, пристала к стенкам и дну кастрюли, влейте немного кипятка, помешайте, снимите кастрюлю с плиты и потеплее закутайте.

• Если каша слишком густая, постепенно, помешивая, влейте горячую воду или молоко.

• Если каша подгорела, сразу переложите ее в другую посуду, не трогая подгоревший и около 5 мм слой над подгоревшим.

• Вязкие и жидкие каши не рекомендуется подавать в качестве гарнира.

• Из остатков пшенной или манной каши можно сделать оладьи.

• Котлеты, биточки и запеканки делают из вязкой каши, добавляя в них сырые яйца.

• Биточки и котлеты следует формовать, пока каша еще теплая, так как из остывшей каши изделия получаются с трещинами и при обжаривании крошатся.

• Противни, на которых готовят запеканку, должны быть не только хорошо смазаны жиром, но и посыпаны молотыми сухарями, чтобы запеканка не приставала.

• Для пудингов используют как вязкие, так и рассыпчатые каши.

• Манную кашу надо варить, соблюдая пропорции: 0,5 л молока на 0,75 стакана манной крупы. Молоко довести до кипения, тут же высыпать через сито манную крупу и проварить 1–2 минуты, все время помешивая; затем плотно накрыть крышкой и дать постоять 10–15 минут до полного разбухания. Каша приобретает хороший вкус, когда настаивается.

• Есть еще один способ приготовления манной каши. Манную крупу надо разогреть на сковороде со сливочным маслом до легкого пожелтения, залить водой или смесью воды с молоком (заливать нужно прямо на сковороде, поэтому она должна быть глубокой), быстро размешать и дать покипеть 2–3 минуты. Затем накрыть крышкой и выдержать до полного разбухания.

• Манную крупу следует засыпать в кипящую воду или молоко небольшими порциями. Крупу засыпайте тонкой струйкой, тщательно помешивая, чтобы не образовалось комков.

• Все блюда из манной крупы будут пышнее, воздушнее, если примерно за полчаса до приготовления крупу замочить в холодной воде или молоке и дать ей разбухнуть.

• Если смочить манную крупу холодной водой (за полчаса до варки), а затем залить кипятком, она не образует комков.

• Чтобы на поверхности манной каши при охлаждении не образовалась твердая корочка, сразу после окончания варки кашу посыпьте сахарным песком.

• Карамелизованный сахар придает манной каше, запеченной с фруктами, красивый цвет, приятный вкус и аромат.

• Варить рис лучше всего в толстой чугунной кастрюле. В тонкой кастрюле, нагревающейся неравномерно, крупа может внизу подгореть, а сверху остаться сырой.

• Чтобы вареный рис получился рассыпчатым, его кладут в кипящую подсоленную воду (на 0,5 кг крупы 3–3,5 л воды и 25 г соли), варят 25–35 минут, затем откидывают на сито, обдают горячей кипяченой водой и заправляют маслом.

• Можно получить рассыпчатый рис, проварив его в малом количестве бульона, добавив туда масло. При этом рис не мешают ложкой, а только время от времени встряхивают кастрюлю, в которой он варится.

• Рис не разварится, если в кипящую воду добавить несколько ложек холодного молока, или столовую ложку лимонного сока на 1 л воды.

• При добавлении лимонного сока или уксуса рис после варки будет белым.

• Чтобы рис не пригорал ко дну кастрюли, его нужно варить на пару или положить на дно тонкий слой теста с жиром или тонкую лепешку из пресного теста.

• Если рисовая каша все же подгорела, переложите ее в другую посуду, а еще горячую кастрюлю сразу же опустите в холодную воду – гарь без труда отслоится. Если не удалось проделать это сразу же, налейте в кастрюлю холодную воду, добавьте 1–2 столовые ложки питьевой соды и прокипятите несколько минут.

• Рис во время варки не размешивают, чтобы не помять, а только время от времени встряхивают кастрюлю. Это обычный, общепринятый способ варки риса. А вообще существует несколько способов, и каждый из них придает рису совершенно другие вкусовые качества.

Дальневосточный способ. 5 стаканов риса тщательно моют, засыпают в холодную воду (6 стаканов), плотно накрывают крышкой и быстро на очень сильном огне доводят воду до кипения. Тотчас же переключают на средний огонь и держат на нем кастрюлю 10 минут, затем 5 минут на очень слабом огне. Быстро открывают крышку, кладут поверх кастрюли салфетку, вновь накрывают крышкой и выдерживают без огня 10 минут.

Азербайджанский способ. В широкую и глубокую кастрюлю наливают до середины или на $^3/_4$ подсоленный кипяток, накрывают салфеткой, обвязывают ею кастрюлю и на салфетку насыпают промытый рис. Сверху кладут кусочек масла. Закрывают опрокинутой тарелкой и ставят кастрюлю на сильный

огонь на 20–25 минут.

Японский способ. В кипящую подсоленную воду (1,5 стакана) всыпают 1,5 стакана промытого риса, плотно закрывают крышкой, прижав ее так, чтобы не выходил пар, и прогревают на слабом огне ровно 12 минут, огонь выключают и дают постоять столько же. Лишь после этого можно открыть крышку.

Вьетнамский способ. Стакан риса перебирают, не промывая, осторожно обжаривают в масле (1 столовая ложка) на сковороде до светло-бежевого или розового цвета. Затем перекладывают в другую посуду, заливают стаканом кипятка, накрывают крышкой и варят до полного выпаривания жидкости.

Духовой способ. Распускают в кастрюле 50 г маргарина и в горячий жир всыпают 1,5 стакана чистого риса и поджаривают, слегка помешивая. Когда рис станет прозрачным и впитает весь жир, заливают его кипятком или бульоном и варят, не размешивая, около 20 минут, по мере необходимости подливая жидкость. Затем ставят в духовой шкаф для набухания и размягчения. Такой рис является хорошим гарниром к тушеной и жареной говядине, дичи в соусе и т. д.

Универсальный способ варки риса для гарнира. 50 г масла (растительного или сливочного), 1 чайная ложка соли без верха, 1–1,5 ложки томатного сока, 1 л мясного или овощного бульона доводят до кипения, всыпают стакан промытого риса, добавляют 50 г масла, 1–1,5 столовой ложки соуса, соль, закрывают крышкой и варят на умеренном огне до полного испарения жидкости.

• Если варят молочную рисовую кашу, то рис сначала варят в небольшом количестве воды 5–7 минут, затем вливают горячее молоко и варят до готовности.

• Во время варки риса не следует добавлять сахар, так как от этого рис твердеет, плохо разваривается и становится клейким. Лучше растворить сахар в небольшом количестве кипятка и добавить в рис, когда он будет готов.

• Рисовая жидкая каша требует на 1 стакан риса 10 г соли.

• Рис будет готов, если в сделанных (палочкой) трех воронках, доходящих до дна, нет воды, а рис достаточно мягкий; если вода еще пузырится – доваривают, закрыв кастрюлю крышкой. Если же вода выкипела, а рис не готов, доливают кипяток в воронки и доваривают рис.

• Сваренный рис не рекомендуется промывать холодной водой – его надо промыть кипятком, слить воду и подсушить.

• Рассыпчатую рисовую кашу, подаваемую в качестве гарнира к отварным курам, баранине и говядине, следует варить на мясном бульоне.

• Рассыпчатый рис можно заправлять пассерованным

томатом-пюре, а также томатом, смешанным с пассерованными овощами.

• Рисовая каша будет вкуснее, если положить в нее перед подачей к столу взбитый белок.

• Чтобы разогреть рис, надо его поместить в кастрюлю с крышкой, добавив несколько столовых ложек воды, и подогреть на слабом огне. Несколько раз встряхните кастрюлю.

• В рисовый фарш рекомендуется класть сахар, изюм и слегка поджаренный лук.

• Рисовый отвар можно использовать для приготовления освежающих напитков, добавив в него варенье или фруктовый сок.

• Готовя гречневую кашу, необходимо точно, до грамма, соблюдать соотношение крупы и воды – 1:2.

• Когда варят рассыпчатую гречневую кашу, на 1 стакан крупы берут 5 г соли.

• Гречневая каша получится особенно вкусной, если крупу сперва обжарить без масла на сковороде на слабом огне, а когда она станет золотистой и начнет потрескивать, добавить 0,5 чайной ложки сливочного масла и еще немного обжарить. Затем пересыпать крупу в кастрюлю, залить крутым кипятком и поставить на сильный огонь. Когда вода закипит, посолить ее, накрыть крышкой и сделать самый слабый огонь. Минут через двадцать, когда крупа вберет всю воду, снять кастрюлю с огня и укутать – пусть «дойдет».

• Гречневая каша после варки будет более рассыпчатой, если ее разрыхлить большой вилкой, предварительно удалив с поверхности сухую корку.

• Сухую корку кладут в отдельную посуду, заливают небольшим количеством горячего мясного бульона (или горячей воды), дают промокнуть, размешивают и соединяют с остальной кашей.

• Рассыпчатую гречневую кашу можно подавать с фаршем из печени, рубленым яйцом, со свиными шкварками и жареным луком.

• Овсяную кашу для взрослых готовят из целого, недробленого и немятого овсяного зерна. Обращаться с ним надо так же, как с рисом. Овсяную крупу и рис можно варить вместе, в равных пропорциях, но вкуснее, когда риса больше. Такую кашу можно заправлять маслом или жареным луком.

• Чтобы ускорить разваривание перловой крупы, ее перед варкой замачивают на 2–3 часа в холодной воде.

• Лучше засыпать крупу в кипящую жидкость, чтобы каша не пригорела.

• Рассыпчатая перловая каша будет вкуснее и не иметь синеватого оттенка, если первую закипевшую воду слить, затем залить кипящей подсоленной водой, добавить масло и варить 15–20 минут до загустения, а затем поставить на 2–3 часа упревать в духовой шкаф.

• Когда перловая крупа хорошо проварится, ее нужно протереть через дуршлаг или металлическое сито, чтобы отделить ость (колосовая чешуя), добавить немного смешанного с творогом молока и хорошо взбить.

• Можно сделать другую добавку. Разварить перловую сечку и добавить к ней 0,25 или 0,5 стакана распаренного мака. Эта смесь с добавлением мака или варенья носит старинное русское название «коливо» и считается ритуальным славянским блюдом.

• Суп с перловой крупой иногда приобретает синеватый оттенок, поэтому крупу следует предварительно отварить, а затем добавить в суп.

• Для приготовления рассыпчатой пшенной каши крупу можно предварительно поджарить.

• Пшено перед варкой ошпарьте, отцедите и затем уже варите – в этом случае пропадет горьковатый привкус крупы.

• Пшено следует варить в большом количестве воды до полуготовности. Потом эту воду слить, добавить молоко и готовить до полной готовности.

• Продельную или ячневую крупу перед варкой следует перебрать, хорошо перемешать с одним сырым яйцом и поджарить на сковороде, а затем варить как обычно. Получается хорошая рассыпчатая каша.

• Чтобы из кукурузной крупы приготовить кашу, нужно стакан крупы замочить в 2 стаканах холодной воды. Через 2 часа добавить еще 1 стакан холодной воды и варить до готовности.

Макаронные изделия

• Макароны, лапшу, вермишель и другие макаронные изделия кладут в кипящую подсоленную воду (на 0,5 кг макаронных изделий берут 3 л воды и 25 г соли). Необходимое количество воды и частое помешивание – вот что нужно, чтобы макаронные изделия не склеивались.

• Не стоит ломать длинные макароны (спагетти) перед варкой – лучше взять больше воды. Погрузите пучок макарон одним концом в кипящую воду, нажимая на них и укладывая в кастрюлю по мере размягчения концов, пока не войдут все макароны. Накройте кастрюлю крышкой, чтобы вода снова закипела.

• Специальная вилка для спагетти захватывает и разъединяет

спагетти, что позволяет без труда слить воду и аккуратно выложить спагетти в тарелки.

• Макароны следует отваривать 30–40, лапшу – 25–35, вермишель – 12–15 минут.

• Макароны или лапша, отваренные как гарнир, будут вкуснее, если в воду, кроме соли, добавить 1–2 бульонных кубика (в зависимости от количества воды). Еще лучше отварить макаронные изделия в бульоне.

• При частом помешивании макароны равномерно проварятся, не слипнутся друг с другом и не пристанут ко дну кастрюли.

• Если в воду для варки макаронных изделий добавить 1 столовую ложку растительного масла, то масло не позволит макаронам слипнуться друг с другом и придаст им приятный запах.

• Не оставляйте сваренные макароны в воде, чтобы они не раскисали. Раскисшие макароны нужно выбрасывать.

• Не промывайте макароны холодной водой, приготовьте для этой цели достаточно кипятка, но лучше макаронные изделия вообще не промывать. Промывают макаронные изделия в том случае, если потом их будут запекать или класть холодными в салаты. Крахмал на поверхности макаронных изделий помогает им смешаться с соусом.

• Сразу же после варки макаронные изделия нужно откинуть на большой дуршлаг и перемешать, чтобы стекла вся вода. Затем следует быстро перемешать с растопленным маслом или соусом, чтобы они не склеились.

• Самые вкусные макаронные изделия – горячие, поэтому, если возможно, их нужно сварить и тут же съесть. Кроме того, необходимо нагреть тарелки, в которых вы макароны подаете.

• Сваренные макароны будут гораздо вкуснее, если, обсушив, их слегка поджарить.

• Отваренные макароны можно посыпать поджаренными белыми сухарями, смешав их частично с тертым сыром.

• Для макарон лучше покупать сыр куском, и натирать его необходимо перед тем как будете посыпать им блюдо – перед подачей на стол. Сваренные макароны кладут на сковороду с разогретым сливочным маслом, добавляют половину нормы тертого сыра (на 0,5 кг макарон можно дать 150 г сыра), перемешивают, затем посыпают сверху остальной сыр и прогревают, не давая сыру расплавиться.

• Класть сыр в макароны вместе с рыбой нежелательно – запах сыра перекроет нежный аромат многих сортов рыбы и иных даров моря.

• Можно приготовить макароны с жареными овощами и макароны по-флотски – с отварным перекрученным мясом, смешанным с жареным луком.

• Оставшиеся макаронные изделия можно хранить в холодильнике в герметично закрытых емкостях не более 5 дней или морозильной камере не более 2 месяцев.

• Чтобы разогреть макаронные изделия, можно использовать следующие методы:

– положить макароны в кипящую воду и подержать не более 2 минут;

– положить макароны в дуршлаг и обдать кипятком; когда они прогреются, их сразу нужно подать к столу;

– можно разогреть на среднем огне, добавив в сковороду немного масла и воды, чтобы макароны не подгорели и не склеились;

– положить макароны в емкость для микроволновой печи, добавить масло и воду и разогреть в микроволновой печи.

• Домашнюю лапшу, приготовленную для немедленного употребления, нужно только слегка подсушить, а для заготовки впрок подсушить до такого состояния, чтобы она легко ломалась.

• Воду, в которой варились макаронные изделия, можно использовать для приготовления супов, супов-пюре и соусов.

• Оставшиеся макароны можно уложить слоями с обжаренными овощами и томатным соусом в посуду, посыпать тертым сыром и запечь в духовке; можно перемешать с салатной заправкой и разнообразными хрустящими разноцветными овощами.

• Мелкие макаронные изделия и тонкая вермишель хороши в супах, особенно бульонах домашнего приготовления.

• Длинные тонкие макаронные изделия сочетаются с пастообразными соусами из томатов и морепродуктов. Используйте такое количество соуса, чтобы спагетти стали влажными и скользкими.

• Толстые полые фигурки среднего размера хороши для запеченных блюд. Твердая структура также делает их подходящими для острых мясных соусов и жареных овощей.

• Широкие плоские макаронные изделия удачно сочетаются с соусами, приготовленными из сливок, сливочного масла или нескольких сортов сыра.

• Рифленые изогнутые фигурки имеют форму, позволяющую им удерживать соусы, в состав которых входят нарубленные кусочками овощи, оливки и сыр. Из этих макаронных изделий также получаются чудесные салаты, поскольку в углублениях этих макаронных изделий задерживаются другие ингредиенты, и они

выдерживают едкие уксусные или сметанные густые соусы.

• Крупные макаронные изделия предназначаются для фарширования овощными, мясными и сырными начинками.

МУКА, ТЕСТО, МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Мука

• Если опустить руку в муку повышенной влажности, возникает ощущение холода. Такую муку нужно использовать в первую очередь, так как она быстро портится.

• Муку перед использованием рекомендуется просеивать. Это необходимо, во-первых, для того, чтобы удалить посторонние примеси, во-вторых, чтобы разрыхлить ее и обогатить кислородом. Изделия из просеянной муки получаются пышными, с равномерной пористостью. Мука должна иметь температуру не ниже 15–20 °С.

• Хорошая мука должна быть сухой, мягкой и иметь белый или чуть кремоватый оттенок. Если стиснуть ее в кулаке, мука образует комочек и рассыпается не сразу. При нажатии на муку пальцем на ней должен остаться рисунок кожи. От воды хорошая мука не должна темнеть.

• Мука одного и того же сорта может отличаться по цвету, а так как от цвета муки зависит и цвет готовых изделий, перед использованием ее необходимо рассортировать.

• Вкус муки можно узнать, попробовав ее кончиком языка. Доброкачественная пшеничная мука имеет вкус крахмала, ржаная мука – сладковатая. Если мука слишком сладкая, значит, она получена из проросшего зерна. Кисловатый вкус имеет мука из отсыревшего или запаренного зерна; горьковатый привкус приобретает мука, хранившаяся в плохих условиях. Если мука горьковатая или острая на вкус, то это может быть следствием примеси сорняков.

• Если в прогорклую муку положить древесный уголь, горечь уменьшится.

• Муку нужно время от времени просеивать и проветривать. Если этого не делать, в ней легко разводятся мучные червяки и моль. Муку следует контролировать раз в три недели – этот срок нужен мучной моли для развития.

• Обваливать продукты в муке удобно в полиэтиленовом мешке. В мешок закладывают муку и подготовленные продукты, хорошо встряхивают – и продукты готовы для жарки.

• Если нужно развести муку в воде или молоке, вливайте жидкость в муку, а не наоборот, иначе тесто получится неоднородным.

• Сорта муки различаются по количеству жидкости, которую

они могут впитать. Обычно 400 г муки могут впитать 275 г жидкости. Если тесто получилось слишком мягким, добавьте еще муки, чтобы довести его до нужной консистенции.

Тесто

• Жидкость для приготовления теста может состоять из воды, молока, сметаны, сыворотки, пахты, кефира, смешанных в любых пропорциях.

• Чтобы тесто получилось без комков, всю жидкость в него нужно вливать сразу, до того, как вы начнете месить. Если вы уже начали месить тесто, в него нежелательно добавлять жидкость.

• Молоко делает тесто пышнее, мягче, придает ему эластичность, упругость. Но молоком не следует злоупотреблять: его должно быть столько же, сколько воды или даже меньше, иначе тесто не пропечется.

• Если при изготовлении сдобного теста заменить молоко водой, оно будет невкусным и при выпечке потемнеет.

• Молоко и кисломолочные продукты (кислое молоко, простокваша, кефир, сметана, сыворотка) благотворно влияют на процесс тестообразования, улучшают вязкопластичные свойства теста, усиливают процесс его разрыхления. Поэтому вместо воды желательно использовать кисломолочные продукты.

• Пенку с кипяченого молока можно класть в тесто вместо сметаны. Пенку собирают на протяжении нескольких дней, тщательно растирают и держат в холодном месте.

• При замене свежего молока сгущенным или сухим нужно знать, что 1 л свежего молока соответствует 250 г сгущенного и 130 г сухого.

• Если вы делаете тесто на кислом молоке и у вас нет пахты или кефира, сделать самому «кислое» можно так: налейте 1 столовую ложку лимонного сока или уксуса в стеклянную мерную кружку, а затем долейте молока, чтобы получить 225 мл жидкости. Перемешайте и дайте постоять 5 минут до загустения.

• Жиры обеспечивают пластичность теста, придают готовым изделиям особый аромат, препятствуют их очерствению.

• Для теста могут быть использованы любые жиры животного или растительного происхождения. В тесто, предназначенное для изготовления закусочных пирогов (с рыбой, мясом, грибами), можно вводить куриный, свиной и прочие жиры.

• Если жиры твердые, то их перед употреблением необходимо размягчить. Если масло слишком мягкое, тесто будет жирным на ощупь и недостаточно связанным с тестом. Можно использовать смесь жиров – например, масло растительное можно смешать с

маслом сливочным и т. д.

• Жира не должно быть больше половины стакана на стакан жидкости (воды, молока), иначе тесто будет сухим, истонченным.

• Чем больше в тесте жира и меньше жидкости, тем более рассыпчатыми получаются изделия.

• Если вы рубите масло с сухими ингредиентами, то смесь должна получиться похожая на крупные крошки. Добавляйте жидкость и вымешивайте до тех пор, пока тесто не станет однородным.

• Когда вы используете сливочное масло для теста, режьте масло с помощью двух ножей, наподобие ножниц, перед тем как смешивать с мукой.

• Пересоленное тесто плохо бродит и легко заветривается, готовые изделия из него получаются бледными, с надрывами по бокам, солоноватые. Чтобы исправить дело, замесите новую порцию теста, но уже без соли, соедините с пересоленным и тщательно вымесите. Так же исправляют слишком сладкое тесто.

• Если тесто недосолено, то растворяют соль в небольшом объеме воды и хорошо перемешивают с тестом. Так же можно исправить тесто при недостатке сахара.

• Сахар в тесто кладите строго по рецепту, так как избыток его замедлит брожение и тесто получится твердым.

• Если вместо сахара использовать мед, изделие из такого теста будет мягким.

• Вкусом изделий из теста легко варьировать: к основной муке добавить другую – от десятой части до половины или менять жидкую часть, добавить к основной жидкости сметану, или сыворотку, или подсолнечное масло, или луковый или морковный сок и т. д. В каждом случае получится тесто с иным вкусом.

• Все сухие нерастворимые добавки – лук, сыр, творог, грецкие орехи, изюм, пряности – вместе не должны превышать по объему 0,5 стакана на каждые 2 стакана жидкости в составе теста, иначе тесту будет трудно подняться.

• Грецкие орехи для изделий из теста будут вкуснее, если их обжарить или прокалить в духовке.

• Изюм для мучных изделий следует тщательно промыть и добавить в тесто в конце вымешивания.

• Чтобы изюм при выпечке не осел на дно формы, перед введением в тесто припудрите его мукой.

• Тесто разрыхляют с помощью дрожжей, пекарского порошка (пищевая сода плюс лимонная кислота в равных количествах), углекислого аммония и поташа. Реже используют в качестве разрыхлителя алкогольные напитки (коньяк, ром и спирт).

• Одним из самых доступных разрыхлителей для быстрого приготовления теста является пищевая сода.

• Приготовляя тесто, пищевую соду или пекарский порошок смешивают с мукой – при соединении с жидкостью сразу же начинается выделение углекислого газа, в результате чего изделие хуже поднимается при выпечке.

• Тесто на соде иногда получается плотным и при выпечке не поднимается. Чтобы избежать этого, кислоту надо растворить в воде, смешать с маслом, яйцами, сахаром, всыпать смешанную с содой муку и слегка перемешать.

• Тесто на соде не рекомендуется долго выдерживать. Разделывать тесто надо быстро: сода бурно реагирует с кислотой, а выделяющийся углекислый газ делает тесто рыхлым, но если тесто продолжать месить, то газ выйдет и тесто уплотнится. На 1 кг муки необходимо взять $^1/_2$ чайной ложки соды и у чайной ложки раствора лимонной кислоты.

• Лимонную кислоту можно заменить лимонным соком – сок одного лимона средней величины заменит 7 г лимонной кислоты.

• Не кладите в тесто слишком много соды – изделия получатся темными и с неприятным запахом и привкусом.

• Углекислый аммоний подходит для выпекания тонких пирогов и печенья, которые сильно прогреваются при выпекании. При высокой температуре из теста улетучивается аммониак. Если пирог толстый, то выделение аммониака затрудняется, и это придает изделию неприятный вкус.

• Перед использованием аммоний растворяют в воде с температурой не выше 25 °С. На 1 часть аммония берут 4 части воды.

• Аммоний можно вводить в тесто и в виде порошка (предварительно его измельчают в ступке и просеивают через сито).

• Поташ (карбонат калия) используется для приготовления пряников с медом и сиропом, которые содержат необходимые для разрыхления кислоты. Тесто, приготовленное с поташем, должно долго стоять. На 1 кг муки расходуется 1–2 чайные ложки поташа. Поташ желательно добавлять вместе с углекислым аммонием, тогда пряники с медом и сиропом будут легче подходить и получатся вкуснее.

• Сдобное тесто будет ярко-желтым, если добавить в него желтки, с вечера растертые со щепоткой соли и стоявшие до утра в холодном месте.

• Сдобное тесто будет значительно пышнее, если в него добавить желтки или целые яйца, взбитые с сахаром.

• Яйца рекомендуется разбивать по одному в каждую чашку,

так как случайно попавшее несвежее яйцо испортит все тесто.

• Если взбитые белки нужно соединить с какими-то продуктами, то следует белки вводить в эти продукты, а не наоборот. Мешайте резиновой лопаточкой. Сначала двигайтесь от центра смеси ко дну миски, а затем мешайте с боков.

• Взбитые белки следует вводить в тесто (кремы), осторожно помешивая. При сильном помешивании белки оседают, и изделие получается плотным, непропеченным.

• Взбитые белки, добавленные в пудинг, придают ему пористость и пышность.

• Если взбиваемый белок предназначается для пирога, то, добавив в белок немного сахару, можно ускорить процесс взбивания.

• Взбитые белки очень нежны и быстро оседают, поэтому тесто, в которое они добавлены, нужно печь сразу же, а крем со взбитыми белками следует выставить на холод.

• Белки и сливки взбивайте непосредственно перед их использованием, так как пена из них не может долго храниться.

• Прежде чем взбивать сливки, охладите их до температуры 8–10 °С и взбивайте в прохладном месте.

• Чтобы сливки при взбивании не свернулись, взбейте их сначала до загустения, а потом уже добавляйте сахар.

• Чтобы сметана хорошо взбилась, охладите ее до температуры 3–8 °С. Можно добавить в нее сырой белок из расчета 1 белок на 300 г сметаны.

• Сметанное тесто следует перед раскатыванием поставить в холодильник по крайней мере на 2 часа, а лучше на ночь.

• Тесто необходимо замешивать в глубокой цилиндрической эмалированной (или из нержавейки) миске, но не в кастрюле.

• Правильно замешенное тесто должно быть гладким и легко отставать от стенок посуды.

• Легче раскатать тесто, если оно полежит 30–40 минут, клейковина набухнет, и тесто станет эластичнее.

• Тонко раскатанное тесто трудно переложить на лист, не разорвав, поэтому слегка посыпьте его мукой, наверните на скалку, перенесите на противень и разверните – тесто не разорвется.

• Чтобы легче раскатать мягкое липкое тесто, нужно накрыть его пергаментной бумагой и использовать вместо скалки бутылку, наполненную холодной водой.

• Готовое тесто не оставляйте долго в теплом месте – оно приобретает излишнюю кислотность. Изделия из такого теста плохо разрумяниваются, мякиш получается грубым.

• Шарики из теста (для приготовления пирожков, когда тесто

разделывается на руках) не прилипают к ладоням, если ладони посыпать тонким слоем муки, а вот стол «подпиливать» не надо, пусть шарики чуть-чуть прилипают к нему.

• Если на тесте перед выпечкой необходимо делать надрезы, то, чтобы нож не застревал в тесте, обмакивайте нож в муку перед каждым надрезом.

• Посуду, в которой разделывалось тесто, моют сначала холодной водой, а затем горячей.

• Чтобы доска для разделывания не коробилась, не мойте ее слишком часто. Достаточно соскоблить остатки теста ножом. Хранить доску для разделывания нужно в сухом месте.

• Не следует раскатывать тесто на всю площадь противня: тесто лучше пропекается, когда на противне со всех сторон теста остаются зазоры.

• Чтобы тесто не приставало к противню или форме, смажьте их жиром и нагрейте в духовке.

• Противни и листы для выпечки сдобного теста не рекомендуется смазывать жиром – их лучше слегка сбрызнуть водой.

• Красивая поверхность изделий получится, если за 5–10 минут до выпечки смазать их яичными желтками, яйцами или меланжем. Делают это осторожно, мягкой кисточкой, чтобы смазка не стекала на листы.

• В яичный желток хорошо добавить чуть-чуть соли, слегка взбить (не в пену) и процедить – тогда получится хорошая смазка для теста.

• Если смазка горячая, то в ней нельзя оставлять кисточку надолго.

• Чтобы тесто равномерно выпекалось, можно вставить в него несколько макаронин.

• Для выпечки изделий из различных видов теста нужна разная температура. Различают три тепловых режима: умеренный (130–180 °С), средний (180–220 °С) и сильный (220–270 °С).

• Мелкие изделия из дрожжевого теста выпекают при высокой температуре, крупные – при средней, но дольше.

• Песочные печенья и торты рекомендуется выпекать при средней температуре.

• Если изделие из теста в духовке сильно подрумянивается, накройте его влажной бумагой.

• Если изделие из теста в духовке растрескалось, значит, в нем было слишком много воды.

• Чтобы тесто при выпечке в духовом шкафу не подгорело, под противень рекомендуется положить немного соли.

• Если изделие из теста при выпечке стало сухим, накройте

его влажной салфеткой, а сверху – сухим полотенцем.

• Чтобы определить готовность выпекаемого изделия, нужно проткнуть его тонкой деревянной палочкой. Если к палочке прилипло сырое тесто, выпечку нужно продолжить, если палочка останется сухой и чистой – изделие готово.

• Проверить, готовы ли булочки из теста, можно постукиванием пальца по нижней корочке. Звонкий и чистый звук укажет на их готовность.

• Если выпеченное тесто не вынимается из формы и пристает к стенкам, форму опустите на несколько минут в горячую воду или обмотайте полотенцем, смоченным горячей водой.

• Вынув готовое изделие из духовки, выдержите его в форме для остывания, тогда выпечка легче вынимается.

Пресное тесто

• Простое пресное тесто делают из муки, воды и соли или из муки и яиц с добавлением небольшого количества воды или молока.

• Яйца, входящие в состав пресного теста, делают тесто более плотным и крепким.

• Лапша, макароны, пельмени, вареники, манты, хинкали, которые делают из пресного теста, в процессе варки не должны развариваться, они должны сохранять форму и держать начинку. Поэтому тесто необходимо замешивать крутым.

• Хорошо вымешенное тесто нужно выдержать в течение 30 минут, накрыв его полотенцем. Это придаст тесту эластичность.

• Если тесто окажется суховатым, нужно завернуть его на полчаса во влажную салфетку.

• Раскатывать тесто следует как можно тоньше, до толщины 1–2 мм, и даже тоньше, до толщины бумаги, пока тесто не начнет просвечивать, но при этом не будет рваться.

• Раскатку следует вести от середины теста к краям, периодически переворачивая тесто. Когда пласт теста станет тонким, его необходимо накрутить на скалку и раскатывать обеими руками, постепенно раскручивая тесто со скалки на посыпанную мукой доску.

• На тесто муку лучше не сыпать, так как излишек муки затруднит раскатывание теста и сделает его сухим. Если тесто начинает липнуть к доске или скалке, нужно подсыпать тонкий слой муки на доску.

• Для некоторых видов изделий тесто нужно растягивать, а не раскатывать. Чем тоньше раскатано или растянуто тесто, тем вкуснее изделия из него.

• Из пресного теста, помимо вареных изделий, делают выпечные и жареные: пирожки, сочни, рулеты, шаньги, чебуреки, пахлаву, хворост и др. Многие изделия из пресного теста жарят во фритюре.

• В пресное тесто часто добавляют сдобу.

• Приготавливая сдобное пресное тесто, сливочное масло нужно сначала растереть, а затем уже соединять с мукой.

• Взбитое пресное тесто (используется для мяса в тесте) будет вкуснее, если вылить его прямо в горячий жир, размешать, обмазать мясо и сразу поместить в духовой шкаф.

• Для уменьшения плотности в тесто добавляют разрыхлители.

• Шпинатное пресное тесто. Положите в небольшое количество кипящей воды 125 г листьев шпината без жестких черешков, доведите до кипения и уже при слабом огне проварите 1 минуту. Воду слейте, шпинат промойте под холодной проточной водой. Насухо выжмите и мелко порубите. Выложите шпинат в большую миску, добавьте 4 средних яйца и 1 чайную ложку соли. Постепенно всыпьте 450 г пшеничной муки, чтобы получилось тягучее тесто. Месите около 20 раз на присыпанной большим количеством муки поверхности, пока тесто не станет гладким и перестанет липнуть к рукам. Готовое тесто положите в полиэтиленовый пакет и положите в холодное место на 30 минут.

Это тесто можно использовать для приготовления пельменей, вареников, лапши.

• Чтобы клецки были более нежными, при замешивании теста в него кладут пару ложек некислой сметаны.

Дрожжевое тесто

• Для приготовления дрожжевого теста на 1 кг муки расходуется от 20 до 50 г прессованных дрожжей, а сухих – в 4 раза меньше.

• Для дрожжевого теста лучше всего брать грубую муку, потому что она лучше впитывает жидкость, и плотное тесто образуется быстрее.

• Сухие дрожжи перед употреблением следует на 20–30 минут замочить в холодной воде.

• Чем больше положено в тесто масла, яиц, сахара, тем больше надо брать дрожжей.

• Проверить качество дрожжей просто: отломите кусочек и бросьте в холодную воду. Если дрожжи всплывут на поверхность, значит, их можно спокойно использовать. Можно также приготовить немного опары и посыпать ее тонким слоем муки;

если через 30–40 минут на поверхности не появятся трещины, значит, дрожжи не годятся.

• Если дрожжи старые, их можно попытаться обновить: растереть в ложке теплой воды и добавить чайную ложечку сахара. Если через 10 минут они начнут пузыриться, значит, ожили. Темные, «неожившие» кусочки нужно отобрать и выбросить. При обновлении старых дрожжей надо брать вдвое больше, чем свежих.

• Если дрожжи погибли при замешивании (температура теста была выше 55 °С), тесто надо охладить и добавить свежие дрожжи.

• Дрожжи можно заменить пивом или чуть забродившей сметаной. Из пива или сметаны надо приготовить опару-закваску: смешайте 1 стакан муки с 1 стаканом теплой воды и поставьте на 6 часов. Затем добавьте 1 стакан пива (или 2 стакана сметаны), 1 столовую ложку сахара, хорошо перемешайте и поставьте в теплое место для брожения. Если брожения не будет, то такая закваска не заменит дрожжей.

• Разводят дрожжи теплым молоком или теплой водой, добавив для активизации сахар.

• Холодное молоко (вода) замедляет жизнедеятельность дрожжевых грибков, а горячее приводит к полному подавлению их активности.

• Превышать предусмотренную рецептурой норму вводимых в тесто жиров не следует, поскольку избыток жиров затрудняет работу дрожжей, в результате чего снижается или совсем прекращается разрыхление теста, при этом ограничивается способность белков муки к набуханию, тесто становится рвущимся, труднoформуемым, а готовое изделие – невкусным.

• Яйца (особенно белок) придают тесту жесткость, твердость, изделия из такого теста быстро черствеют, поэтому использовать яйца необходимо в небольших количествах.

• Поскольку сахар ускоряет рост дрожжей, его обычно добавляют в жидкость. Если в дрожжевом тесте мало сахара, на изделиях не образуется румяная корочка. Избыток сахара замедляет процесс брожения, изделия из переслащенного теста плохо пропекаются внутри.

• Жир уменьшает скорость роста дрожжей, поэтому жирное тесто поднимается медленнее. Жиры в тесто следует класть строго по рецепту, так как при их избытке изделия получаются расплывчатыми, с плотным мякишем.

• Чтобы тесто хорошо бродило, размягченный жир добавляйте в конце брожения.

• В дрожжевое тесто лучше всего класть маргарин: он легко

впитывается мукой. Жир должен быть теплым, но ни в коем случае не горячим.

• Изделия из теста, замешенного на столовом маргарине, долго не черствеют.

• Если тесто замешивают на маргарине, соль добавлять не нужно, так как маргарин подсолен. Соль подавляет подъем теста, но, добавив немного соли, можно контролировать скорость брожения дрожжей.

• От запаха сала в тесте, мешенном на смальце, можно избавиться, налив в него 1–2 столовые ложки лимонного сока.

• Чтобы кислое дрожжевое тесто было пышным, все добавленные в него продукты должны быть достаточно теплыми; яйца нужно подогреть в теплой воде, молоко, муку, кастрюлю для теста тоже сначала подержать в тепле, но не перегревать.

• Если молоко или жир будут слишком горячими, то дрожжевые грибки запарятся, потеряют свои свойства и тесто сядет.

• Приготовленные для теста жиры и соль не держите рядом с дрожжами, так как они препятствуют размножению и действию дрожжевых грибков.

• Дрожжевое тесто будет мягким и воздушным, если перед выпеканием добавить в него остывший вареный картофель, измельченный на терке (2–3 картофелины на 1 кг муки).

• Замешенное тесто нужно припорошить мукой, прикрыть холщовой салфеткой (но не крышкой) и поставить в теплое, но не слишком жаркое место, иначе оно быстро подойдет, а в печи осядет и пирог получится плоским и некрасивым. Идеальная температура для этого 27–30 °С. В этом случае дрожжи растут, а тесто увеличивается в объеме.

• Дрожжевое тесто при подъеме должно увеличиться вдвое и стать упругим. Время, нужное для этого, зависит от температуры: низкая – замедляет процесс, а при чересчур высокой температуре тесто может испортиться.

• Дрожжевое тесто поднимается быстро – 45–60 минут в теплом месте; медленно – 2 часа при средней комнатной температуре; очень медленно (ночь) – до 12 часов в прохладном месте или до 24 часов в холодильнике.

• Избегайте сквозняков, потому что тесто будет подниматься неравномерно.

• Тесто хорошо поднимется в ненагретой духовке. Поставьте тесто в закрытой кастрюле на противень, а внизу поместите большую миску с горячей водой.

• Если замешенное на дрожжах тесто плохо подходит, его нужно подогреть до 30 °С. Для этого посуду с тестом поместите в

таз с горячей водой (не выше 50 °С). Если и это не поможет, нужно добавить порцию свежих дрожжей.

• При брожении дрожжей в тесте появляется углекислый газ, который поднимает тесто и замедляет жизнедеятельность дрожжей. Поэтому через 2–2,5 часа, когда тесто поднимется, его следует обмять. При этом накопившийся углекислый газ улетучивается и брожение возобновляется с новой силой. Когда через 40–50 минут тесто максимально поднимется и начнет опускаться, его нужно обмять второй раз.

• Для того чтобы тесто обмять, надавите на него в центре кулаком (тогда углекислый газ распространится по всему тесту), а затем заверните края теста к центру.

• Тесто должно подниматься до тех пор, пока оно не увеличится в объеме вдвое. Для проверки суньте палец в середину теста на глубину 1 см, если вмятина останется – тесто поднялось хорошо. Если вмятина исчезла – тесту надо еще подниматься.

• Когда вы оставляете тесто подниматься, всегда накрывайте его, чтобы на поверхности не образовалась корка. Используйте полиэтиленовый пакет, слегка смазанный маслом, или глубокую посуду с крышкой.

• Чтобы изделие не приобрело кисловатого привкуса, не давайте тесту перестояться.

• Если тесто перекисло, то муку разводят с холодной водой, перемешивают, соединяют с перекисшим тестом и ставят в теплое место, чтобы оно снова подошло.

• Чтобы дрожжевое тесто равномерно поднималось, воткните в него несколько макаронин.

• Если тесто плохо бродит или совсем не бродит, то его надо подогреть до 30 °С, но не выше 55 °С. Надо следить, чтобы тесто не касалось предметов, нагретых до температуры выше 55 °С.

• Если тесто плохо поднялось, стало клейким и тягучим, добавьте взбитые сливки или теплое молоко.

• Дрожжевое тесто должно быть упругим, эластичным, мягким, податливым. Оно не должно прилипать к рукам.

• В помещении, где разделывают тесто, не должно быть сквозняков, способствующих образованию грубой корочки.

• Для того чтобы поднявшееся тесто легче раскатывалось, положите его на стол, слегка посыпанный мукой, и дайте полежать 15 минут.

• Дрожжевое тесто не будет липнуть к рукам и столу, если смазать их малым количеством растительного масла.

• Для разделки теста после обминки его нужно выложить на сухую, посыпанную мукой доску или крышку кухонного стола, прижать сверху рукой так, чтобы оно стало плоским, соединить

края теста в центре и перевернуть тесто так, чтобы место соединения оказалось снизу, а гладкая сторона – сверху.

• Когда вы месите тесто, на столе не должно быть слишком много муки, иначе цвет и фактура теста могут пострадать, поэтому «подпиливать» поверхность стола мукой нужно очень умело.

• После обминки и во время разделки тесто становится плотным, поэтому выложенные на противень изделия нужно накрыть полотенцем, поставить в теплое, без сквозняков место и дать тесту подняться. Этот процесс называется расстойкой. Расстойка теста нужна, чтобы изделия получились пышными и неплотными.

• Чтобы тесто не прилипало к столу при раскатке, его периодически поднимают на «линейку». Для этого берут обычную тонкую линейку с нисходящим краем, аккуратно продвигают ее под раскатанное тесто и короткими движениями от себя и к себе проводят под слоем теста. Тогда оно не прилипнет к столу, не будет рваться, его легче будет раскатывать.

• Если заквашенное тесто достаточно подошло, а у вас нет времени заняться пирогом, прикройте тесто хорошо смоченной и отжатой бумагой.

• Совсем не обязательно дожидаться, пока дрожжевое тесто поднимется, прежде чем начинать печь пироги. Можно положить начиненный пирог или пирожки на противень и поставить на 45 минут в теплую духовку (40–45 °С), а после увеличить температуру до 180 °С и выпекать столько времени, сколько требуется по рецепту. Если нет возможности точно измерить температуру духовки, то лучше оставить пирог подходить при комнатной температуре, чтобы не передержать его в духовке.

• Для выпечки из дрожжевого теста сначала нужен несильный жар, чтобы тесто поднялось; потом жар усиливают, чтобы пироги подрумянились.

Хлебное тесто

• В хлебное тесто не следует добавлять яйца, ибо они придают тесту хрупкость, жесткость.

• Смажьте еще не испеченный хлеб молоком, пахтой, сливками или растопленным сливочным маслом, чтобы корочка получилась мягкой и нежной. Можно смазать хлеб смесью взбитого яйца и воды, чтобы корочка была блестящей и румяной.

• Изредка смазывайте или сбрызгивайте хлеб водой во все время выпечки, чтобы корочка была рассыпчатой.

• Некоторые сорта хлеба перед выпечкой надсекают. Это

позволяет двуокиси углерода улетучиваться, на поверхности хлеба не возникает трещин.

• Пеките хлеб в середине духовки. Если верх хлеба начал подгорать, закройте его фольгой.

• Если хлеб слишком бледный, выньте его из формы и положите прямо на противень и пеките еще 5–10 минут.

• Если хлеб сухой и крошится, значит, в тесте был избыток муки или оно слишком поднялось.

• Если хлеб опал в духовке, значит, до этого тесто слишком поднялось в форме. Не позволяйте тесту подниматься выше края формы.

• Если есть трещины на хлебе, значит, был избыток муки или в форме было слишком много теста.

• Если есть дырки в испеченном хлебе, значит, тесто было плохо вымешено, или долго поднималось, или стояло в недопустимо теплом месте.

• Хлеб готов, когда он отходит от боков формы, на вид румяный и, когда вы слегка ударите костяшками пальцев по его нижней корочке, кажется пустым. Проверьте и бока хлеба – они при нажатии должны казаться твердыми и плотными.

• Большинство испеченных хлебов следует быстро вынимать из формы и охлаждать на противне. Держите хлеб подальше от сквозняков, от них хлеб съеживается. На охлаждение может уйти часа три.

• Свежий хлеб или булку легче нарезать тонкими ломтиками, если перед этим обмакнуть нож в кипяток.

• Хлеб дольше сохраняется свежим, если его держать в специальной коробке или большой сухой эмалированной кастрюле с плотно закрытой крышкой. На дно ее следует положить кусочки сырого очищенного картофеля или немного сухой соли, которые время от времени заменяют на свежие. Это сохраняет хлеб от плесени.

• Чтобы освежить черствый хлеб, заверните его в фольгу и поместите в духовой шкаф при температуре 230 °С примерно на 8–10 минут. Остудите, не разворачивая фольгу.

• Можно освежить черствый хлеб, завернув его во влажную ткань на 5 минут, затем ткань снять, а хлеб положить на 20 минут в не очень горячую духовку. Можно черствый хлеб положить в кастрюлю, накрыть салфеткой и подержать 10 минут над посудой с кипящей водой.

• Вкус белого хлеба ухудшается, если он будет храниться рядом с черным.

• Не носите открытый хлеб вместе с другими продуктами. Кладите его в чистый отдельный пакет.

Бисквитное тесто

• Изделия из бисквитного теста отличаются нежностью и пышностью. Это объясняется тем, что бисквитная масса состоит в основном из взбитых яичных белков и желтков, сахара и муки.

• В бисквитное тесто кладут 20–30 г сахара и 20 г муки на каждое яйцо.

• В бисквитное тесто вместо муки на 1 яйцо можно положить 1 столовую ложку манной крупы или 2 столовые ложки молотых орехов.

• В бисквитное тесто вместо части муки можно добавить картофельный крахмал, тогда тесто хорошо поднимется (1 часть крахмала на 6 частей муки).

• В бисквитное тесто можно добавить тертую лимонную или апельсиновую цедру, ванильный сахар, какао-порошок, измельченные орехи. Их предварительно нужно смешать с мукой.

• Можно добавить в тесто порошок из боярышника и черемухи – тесто будет ароматнее и красивого цвета. Ягоды для порошка сушат и размалывают в кофемолке.

• В состав масляного бисквитного теста, кроме яиц, сахара и муки, входит значительное количество масла, поэтому масляный бисквит долго не черствеет.

• Из масляного бисквита можно приготовить кексы, торты, хлебцы, печенья, пирожные.

• Бисквитное тесто можно получить холодным и теплым способом.

• При холодном способе важно тщательно отделить желтки от белка. Белки плохо взбиваются, если в них попадет немного желтка или жира.

– Если белки взбиваются плохо, их нужно охладить, добавить немного соли, лимонной кислоты или несколько капель уксуса. Взбивать белки нужно до получения устойчивой пены.

– Желтки нужно растирать с сахаром добела, пока не исчезнут крупинки сахара.

– Смешивать белковую и желтковую массы и добавлять муку следует быстро. Перемешивать тесто нужно не круговыми движениями, а поднимая слой за слоем, чтобы в тесте образовывалось достаточное количество пузырьков воздуха.

• При теплом способе приготовления бисквитного теста можно упростить процесс, сразу взбивая яйца с сахаром.

– Готовя бисквитное тесто с подогревом, яйца с сахаром следует приварить при температуре не выше 50–60 °С. Муку добавляют только после того, как масса остынет до 15–20 °С, так как в теплой массе мука плохо размешивается и бисквит

получается плотным.

– Бисквит, приготовленный с подогревом, получается более рассыпчатым, чем бисквит без подогрева.

• Для взбивания яиц с сахаром можно использовать ручные взбивалки и венчики, а также электромиксеры.

• Чтобы из бисквитного теста не улетучились пузырьки воздуха, его следует быстро замешивать и выпекать.

• Бисквитное тесто нельзя хранить, его надо сразу же разлить в выстланные бумагой противни или в смазанные маслом и посыпанные мукой формы. Ровный и тонкий слой жира получится, если противень или формы нагреть. Заполнять противень или формы надо не более чем на две трети по высоте, так как при выпекании тесто увеличивается в объеме.

• Удобно выпекать бисквит в разъемной форме, дно которой нужно смазать маслом или выстлать бумагой для выпечки. Боковые стенки формы смазывать не следует, иначе при выпечке тесто будет подниматься только по центру формы.

• Выпекать бисквит надо на равномерном среднем огне. В горячей духовке на поверхности изделия может сразу образоваться твердая корочка – бисквит будет подгорать снаружи, а изнутри не пропечется.

• Печь бисквит следует 25–30 минут, причем в течение первых 10–15 минут бисквит нельзя трогать и даже открывать дверцу духовки, чтобы он не осел, так как от малейшего сотрясения лопаются неокрепшие стенки пузырьков, воздух улетучивается и бисквит делается плотным, трудно пропекаемым.

• Если бисквит начинает быстро зарумяниваться, его надо накрыть чистой белой бумагой, смоченной в воде.

• Готовый бисквит легко отделяется от стенок формы, его готовность можно определить по цвету корочки и по упругости: если надавить пальцем на непропеченный бисквит, то останется ямка.

• Если бисквит подгорел снизу: тонкий слой можно снять металлической теркой; более толстый аккуратно срезают острым ножом.

• Нарезать бисквит рекомендуется только через 24 часа после выпекания. Но если это необходимо сделать сразу же, нагрейте нож в горячей воде и быстро вытрите.

• Когда вы измельчаете бисквит с помощью скалки, положите на стол чистое полотенце и поместите бисквиты между слоями промасленной бумаги на это полотенце, а затем накройте верхней частью полотенца. Тогда весь бисквит сохранится и полотенце будет чистым.

Песочное тесто

• Песочное тесто можно приготовить легко и быстро. Изделия из него получаются рассыпчатыми, потому что содержат много жира и поэтому называются песочными.

• В песочное тесто продукты вводятся в такой пропорции: жира должно быть вдвое меньше, чем муки, а сахара вдвое меньше, чем жира.

• Песочное тесто будет более рассыпчатым, если в него положить в равных частях сливочное масло, маргарин и смалец, и нежным, если добавить в него сахарную пудру. Для придания тесту приятного запаха добавьте в него лимонную цедру, ванилин, гвоздику или бадьян.

• Недостаток сахара в песочном тесте отрицательно сказывается на готовых изделиях: они получаются жесткими и не очень рассыпчатыми.

• Песочное тесто будет нежнее, если ввести в него вместо сахара сахарную пудру.

• При хорошо замешенном тесте можно совсем отказаться от пищевой соды или применить ее совсем немного (на кончике ножа).

• Часть муки можно заменить картофельным крахмалом.

• Перерубая жир с мукой, работайте быстро, чтобы жир оставался твердым и холодным.

• Во время вымешивания песочного теста нельзя допустить его согревания. Все компоненты теста и доска для раскатывания должны быть охлаждены, а время вымешивания сокращено до минимума.

• Песочное тесто нельзя месить слишком долго и хранить в теплом помещении, иначе оно станет плотным и жестким.

• При замесе сбрызгивайте тесто ледяной водой: оно постоянно должно увлажняться (воды в тесте должно быть мало, чтобы корочка не стала жесткой).

• Песочное тесто восстановит пластичность, если его охладить, добавить желтки и перемешать на холоде.

• Положите хорошо завернутое готовое тесто в холодильник на 30 минут – охлажденное тесто лучше раскатывается. Можно тесто заморозить, тогда оно не будет растрескиваться в духовом шкафу.

• Песочное тесто должно получиться гладким и матовым; если оно начинает блестеть, это означает, что масло расплавилось.

• При раскатке слегка посыпьте стол мукой, чтобы тесто не прилипало. Раскатывайте тесто от центра вперед, а затем назад.

Каждый раз поворачивайте тесто по кругу и продолжайте раскатывать.

• Если тесто рвется, чуть намочите края и прижмите их друг к другу. Или увлажните небольшой кусочек теста и используйте как заплатку.

• Толщина изделий из песочного теста не должна превышать 8 мм, в противном случае они долго не пропекутся.

• Толстые пласты теста выпекают при пониженной температуре, тонкие – при повышенной.

• Смазывать противень или форму при выпечке не обязательно, так как тесто достаточно жирное и не пристает к противню.

• Для выпечки изделий из песочного теста их нужно выложить на противень или в форму, несколько раз наколоть вилкой и выпечь в предварительно нагретой духовке.

• Когда пекут песочные корзиночки, на тесто, которым застелены формочки, кладут несколько штук фасоли, которые не дают ему подняться. Когда корзиночки наполовину готовы, фасоль вынимают. Можно поставить перед выпечкой на тесто в формочке еще одну формочку или наколоть тесто вилкой.

• Корзиночки можно сделать заранее и заморозить прямо в формочках. Пеките замороженное тесто, охладите, а потом заполняйте начинкой.

• Корзиночки заполняйте начинкой не раньше, чем за 2 часа до подачи на стол, иначе тесто станет клеклым (влажным, дряблым).

• Тесто для пирогов с мокрой начинкой лучше всего частично или полностью выпекать заранее, чтобы наполненный потом начинкой пирог был рассыпчатым. Положите на тесто фольгу и насыпьте на нее сухие бобы или невареный рис, чтобы тесто не поднялось и не перекосилось за время выпечки. Выньте фольгу с грузом после того, как тесто затвердело, а затем вновь поставьте его в духовку подрумяниваться. Корж полностью остудите перед заполнением начинкой.

• Для того чтобы закрытые пироги из песочного теста не стали клеклыми, перед выпеканием надрежьте тесто сверху в нескольких местах, давая пару возможность легко выходить из пирога.

• Выпекайте пироги на листе фольги с загнутыми краями или поставьте форму с пирогом на противень, чтобы легче вынуть пирог (при этом начинка не станет вытекать в духовку и гореть).

• Песочные изделия следует выпекать на среднем огне.

• Пеките пироги в чуть ниже средней части духовки, для того чтобы нижняя часть пирога была рассыпчатой, а верхняя не

подгорала.

• Если изделия начинают сверху подгорать, их надо накрыть пергаментной бумагой.

• Готовые изделия должны быть светло-коричневыми с золотистым оттенком.

• Для того чтобы проверить, готов ли пирог, вставьте нож в 2–3 см от середины пирога – нож должен выходить сухим.

• Пирог из песочного теста с фруктовой начинкой, в рецепте которого есть крахмал, будет готов, когда в середине пирога появятся пузырьки.

• Если изделия при выпечке слегка приклеились к противню, его нужно остудить и легонько ударить им о край стола, чтобы изделия сдвинулись с места.

• Чтобы легче снимать выпеченные изделия, можно противень выстлать пергаментной бумагой.

• Корж, выпеченный из песочного теста, легко крошится. Чтобы, разрезая его, получить изделия с ровными краями, надо периодически нагревать нож в горячей воде. Лишнюю воду с ножа следует стряхивать.

• Пирог с начинкой перед нарезкой нужно охладить, чтобы начинка загустела.

• Если домашнее печенье подгорело, дайте ему остыть, затем осторожно проведите по поверхности мелкой теркой и посыпьте сахарной пудрой.

Слоеное тесто

• Для приготовления хорошего слоеного теста нужно использовать муку высшего сорта, холодную воду, соль и лимонную кислоту, которую можно заменить уксусом. Добавление в тесто кислоты повышает качество клейковины муки, так как в кислой среде лучше набухает белок муки, благодаря чему тесто становится эластичным и упругим. Вместо воды можно использовать кислый кефир.

• Холодную воду можно заменить и молоком, тогда улучшается вкус изделия, но одновременно снижается эластичность теста. Поэтому лучше использовать смесь воды и молока.

• В слоеное тесто прибавляют и сметану: она придает изделиям тонкий вкус и делает хрустящей корочку.

• Масло для слоеного теста охлаждают, чтобы при раскатывании оно распределилось ровным слоем.

• Если для приготовления теста берут только маргарин, то количество соли нужно уменьшить, так как соль входит в состав

маргарина.

• Изделия из слоеного теста, замешенного только на маргарине, долго не черствеют.

• Сливочное масло или маргарин перед слоением нужно размять до консистенции густой сметаны.

• Масло надо посыпать сахаром (половина нормы, остальной сахар положить при замесе теста), тогда слои получатся лучше.

• Для приготовления слоеного теста жиры должны быть охлаждены до 15–17 °С. При более низкой температуре жиры затвердевают, при раскатывании теста крошатся и разрушают его слои, а при выпекании изделий вытекают. Если использовать жиры с температурой выше 17 °С, они, расплываясь, частично проникают в слои теста, частично вытекают из него, чем и ухудшают эластичность теста.

• Если температура в помещении выше 17°, тесто нужно периодически охлаждать, при этом нужно следить, чтобы масло не затвердело.

• После нанесения на тесто масла или маргарина тесто необходимо неоднократно раскатать. После каждого раскатывания тесто на некоторое время ставят в холодильник. При небольшом количестве масла достаточно 8 слоев теста. Тесто с большим количеством масла может иметь 16, 24 или 32 слоя.

• Слоеное тесто перед разделкой следует охладить, чтобы масло не успело растаять и вытечь, а тесто хорошо поднялось.

• Чтобы поверхность слоеного теста не покрывалась корочкой, его надо поставить в прохладное место и накрыть влажной салфеткой или смазать растопленным (до густоты сметаны) маслом.

• Если вы приготовили или купили слоеное тесто заранее, его в упаковке необходимо положить в морозильную камеру.

• За день до разделки выньте слоеное тесто из морозильной камеры и в упаковке оставьте в холодильнике на ночь. В день разделки оставьте на 2 часа при комнатной температуре.

• Во время приготовления тесто, с которым не работаете, заверните в полиэтилен и положите в холодильник.

• Не замораживайте тесто второй раз!

• При разделке слоеного теста нужно следить, чтобы ножи или выемки были острыми, так как тупые ножи мнут края теста, а это препятствует подъему теста.

• Вырезать слоеное тесто ножом или выемкой следует так, чтобы оставалось меньше отходов. Остатки теста перед новой раскаткой следует лишь складывать сверху.

• Перед выпечкой изделия из слоеного теста вначале смазывают маслом, а затем посыпают сахарным песком.

• У изделий из слоеного теста края перед выпечкой не смазывают (чтобы не затвердели).

• Если поверхность изделий нужно смазать яйцом, это следует делать осторожно, чтобы яйцо не попало на края изделий, так как при выпечке яйцо склеит слои и тесто по краям изделий не сможет подняться.

• Красивая поверхность получится, если за 5–10 минут до выпечки их смазать растертыми яичными желтками или взбитыми яйцами.

• Слоеное тесто для пирожных и пирожков надо использовать сразу, так как через 12–15 часов оно темнеет, вкус его ухудшается.

• Перед выпечкой поверхность изделий нужно наколоть вилкой или острым ножом, чтобы при выпечке выходил пар, тесто не пузырилось и имело ровную поверхность.

• На противне между изделиями необходимо оставлять достаточный зазор, так как при выпечке объем изделий увеличивается в 3–4 раза.

• Выпечку нужно производить при температуре 220–250 °С. Если изделия выпекать при чрезмерно высокой температуре, то они получаются жесткими и сухими; если выпекать при низкой температуре, то поверхность изделия становится бледной, масло вытекает и слои теста склеиваются.

• Слойки, которые посыпают сахаром, нельзя смазывать яйцом, смешанным с водой. Выпекать их рекомендуется при температуре 250–260 °С, оберегая от сотрясений.

• При выпекании волованов из слоеного теста следует смазывать яйцом только их верхнюю часть. Если яйцо попадет на боковые части, изделия не поднимутся и при выпекании потеряют форму.

• При выпекании изделий из слоеного теста с небольшим количеством жира противни не следует сильно смазывать жиром, а с большим количеством жира – смочить водой, иначе изделия при выпечке будут снизу быстро подгорать.

• Слоеное дрожжевое тесто превышает достоинства дрожжевого и слоеного теста, сочетая пышность одного со слоистостью другого. Свежевыпеченные изделия из слоеного дрожжевого теста особенно вкусны и нежны.

• Для приготовления слоеного дрожжевого теста сначала нужно приготовить дрожжевое тесто опарным или безопарным способом.

• При изготовлении изделий из слоеного дрожжевого теста для слоения вместо сливочного масла можно использовать сливочный маргарин.

• Добавка сахара к маслу при слоении улучшает слоистость изделий.

• Из слоеного дрожжевого теста выпекают главным образом мелкие изделия – булочки, пирожки, ватрушки, крендели, крученики, карманчики, рожки и т. д.

• Из этого теста приготовляют как сладкие, так и несладкие изделия.

• Для сладких изделий в качестве начинок и посыпок используют творог, мармелад, сахарный песок с корицей, рубленые орехи, мак и др.

• При приготовлении теста в него можно добавить изюм. Чтобы изюм равномерно распределился в тесте, его нужно промыть, высушить и обсыпать мукой.

• После того как изюм добавлен в тесто, тесто не следует долго месить, иначе оно потемнеет.

• При приготовлении теста для несладких изделий необходимо уменьшить норму сахара, а при слоении масло не посыпать сахаром.

Пряничное тесто

• Основные продукты для изготовления пряников – мука, сахар, патока, мед.

• Для пряничного теста используется смесь различных пряностей: гвоздики, корицы, имбиря, аниса, кориандра, тмина, мускатного ореха, горького миндаля, черного и красного перцев, а также лимонная и апельсиновая цедра, различные эссенции.

• В пряничное тесто добавляют разрыхлители.

• Чтобы пряничное тесто не затянулось и разрыхлители не улетучились, следует замешивать его быстро, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Температура теста не должна превышать 20 °С.

• Пряничное тесто не будет прилипать к выемкам, если его посыпать мукой или смазать выемку растительным маслом.

• Пряничные изделия следует хранить в прохладном, хорошо закрытом месте. Тогда они не черствеют.

Вафельное тесто

• Вафельное тесто – это вид взбитого жидкого теста, в состав которого входят мука, сахар, яйца, вода, молоко или сливки, сода, соль и различные добавки: ванильный сахар, лимонная или апельсиновая цедра и др.

• Выпекают вафли в специальных формах – вафельницах,

можно и на противне.

• Для заполнения электровафельницы достаточно 3–4 столовых ложек теста.

• Для выпечки вафель требуется 1–3 минуты.

• Перед выпечкой надо тщательно очистить обе полуформы вафельницы и включить ее на 15 минут для прогрева. Затем смазать ее растительным маслом и ложкой быстро выложить тесто на нижнюю полуформу. Вафельницу закрыть и за ручки сжать крышки. Сжимать крышки надо осторожно, так как при этом интенсивно выделяется пар. Как только пар перестанет выделятся – вафли готовы.

• Перед выпечкой основной массы вафель полезно сделать пробную выпечку.

• Если вафли получатся слишком мягкими – увеличьте время выпечки, если чересчур засушенные, то время выпечки надо уменьшить.

• Перед открытием вафельницы нужно ножом очистить края полуформ от отеков теста, снять вафельный лист и положить на решетку охлаждаться.

• Выпеченные вафли нельзя складывать друг на друга, иначе они станут мягкими.

• Горячими вафли можно нарезать ножницами, придавая вафлям различную форму, можно свернуть трубочкой или корнетиком (конусом).

• Вафельные листы используют как основу для тортов, пирожных и т. д.

Заварное и воздушное тесто

• Заварное и воздушное тесто. Доведите воду и сливочное масло до кипения и сразу добавляйте муку. Вода не должна успеть выкипеть, иначе тесто будет сухим.

• Прежде чем добавлять в тесто яйца, его нужно охладить до температуры 60–70 °С, чтобы не свернулся белок, так как тесто имеет высокую температуру.

• Для того чтобы тесто было вкуснее, используйте яйца комнатной температуры (они лучше размешиваются, и тесто поднимется выше). Добавляйте яйца в тесто по одному за раз. Хорошо их перемешивайте после каждого добавления.

• Если тесто получилось густым, нужно приготовить немного жидкого теста, добавить его в густое и перемешать. И наоборот, если тесто получилось жидким, нужно приготовить более густое тесто и добавить к нему жидкое.

• Излишне густое тесто плохо поднимается, а жидкое тесто

сильно расплывается и не держит форму.

• Формуйте и выпекайте заварное тесто сразу, пока оно еще теплое: тогда пирожные будут легкими и объемными.

• Правильно приготовленное заварное тесто после отсадки на противень слегка расплывается, при выпечке хорошо поднимается, образуя внутри большие полости.

• Перед тем как выпекать изделия из всего теста, лучше выпечь один образец.

• Отсаженное тесто с помощью кондитерского мешка или просто ложкой следует сразу же выпекать, иначе на его поверхности образуется корочка.

• Изделия из заварного теста следует выпекать на противне, слегка смазанном жиром. Если противень смазать густо, то на нижней корочке образуются трещины. Если же противень слишком сухой, то изделия могут прилипнуть к нему и их придется срезать ножом.

• Заварные изделия нужно выпекать при температуре 190–200 °С в течение 30–35 минут.

• Чтобы изделия не опали во время выпечки, духовка должна быть закрыта до окончания выпечки.

• Если у изделия концы загибаются вверх или изделие слишком мягкое, значит, духовка недостаточно прогрета.

• Если изделие опадает после выпечки, значит, его рано вынули из духовки.

• Чтобы изделия не опали и немного подсохли, их можно подержать 5 минут в открытой духовке.

• Для того чтобы пирожные подсохли и стали хрустящими, надрежьте маленьким ножом небольшую щель сбоку каждого пирожного сразу после того, как вынете их из духовки.

• Хорошо выпеченные изделия из заварного теста – легкие, сухие, поверхность их гладкая, блестящая, золотистого цвета.

• Пирожное без начинки можно положить в полиэтиленовый пакет и заморозить. Для размораживания поставьте пирожные на короткое время в духовку или микроволновую печь.

• Заварное суфле. Основа для суфле: смешайте муку, сливочное масло и молоко, а затем добавьте желтки, сыр и другие вкусовые добавки. Затем осторожно введите взбитые белки. Например, крабовое суфле: поставьте кастрюлю на средний огонь, растопите в ней 60 г сливочного масла, добавьте 40 г муки и $^1/_2$ чайной ложки сухой горчицы, пассеруйте, помешивая, 1 минуту. Затем медленно влейте 225 мл молока и добавьте 1 столовую ложку сухого шерри. Всю смесь проварите, постоянно помешивая, пока не закипит. Снимите с огня, добавьте измельченные крабовые палочки, сыр, тертый на терке, 4 желтка и

измельченную петрушку (2 столовые ложки). Хорошо перемешайте. Отдельно взбейте миксером яичные белки с лимонной кислотой ($^1/_2$ чайной ложки) до густой пены. Соедините белки и сырную смесь, осторожно перемешайте и вылейте в форму. Пеките 40–45 минут, пока суфле не станет пышным и румяным. Сразу подавать на стол.

• Добавив лишний яичный белок в тесто, вы получите более легкое и высокое суфле.

• Для получения высокого, красивого суфле используйте форму с прямыми стенками или кастрюлю средней глубины. Смажьте жиром, посыпьте форму панировочными сухарями и наполните ее тестом на $^2/_3$.

• Перед запеканием суфле должно постоять 30 минут.

• Чтобы середина вашего суфле сильно поднялась, сделайте в еще не запеченном пироге вокруг его верха кончиком металлической ложки углубление 3 см глубиной на расстоянии 3 см от края формы.

• Во время запекания не открывайте дверцу духовки. Из-за попадания холодного воздуха суфле может опасть. По этой же причине суфле нужно сразу после выпечки подать на стол.

• Воздушное тесто (воздушное суфле) – это тесто, полученное из взбитых белков с сахаром и различными добавками. Его приготавливают холодным и теплым способом.

• Для приготовления теста нужно использовать свежие белки. Если в белковую массу попадет небольшая примесь желтков, воды или жира, то белки не удастся взбить в крепкую пену.

• Белок лучше отделяется от желтка, когда яйцо холодное, поэтому отделяйте белок, как только вынули яйца из холодильника.

• Если в конце взбивания в белковую массу добавить немного лимонной кислоты, то масса лучше взбивается и становится белее.

• Сахар, добавленный в воздушное тесто, задерживает разрушение белковой пены, препятствует створаживанию белков и улучшает его структуру. При избытке сахара тесто расплывается.

• Если в воздушное тесто добавляете такие ингредиенты, как молотые орехи, перемешивайте их очень осторожно, чтобы белки не опали.

• Тесто готово, если белковая масса держится на венчике, сохраняя форму. Для взбивания лучше использовать электромиксер, что ускорит и облегчит приготовление теста.

• При холодном способе белки и посуду нужно охладить до температуры 10–15 °С. Взбивать белки надо до тех пор, пока

объем белков не увеличится в 5–6 раз. Затем, продолжая взбивать, всыпать тонкой струйкой половину сахара. Когда сахар растворится, всыпать остальную часть.

• При приготовлении теста холодным способом нужно отсадить его из кондитерского мешка на смазанный маслом и обсыпанный мукой противень.

• При теплом способе белки, смешанные с сахаром, нагреть до температуры 35–40 °С, а затем взбивать до увеличения объема массы в 5–6 раз. Перед окончанием взбивания добавить ванильный сахар и ореховую смесь.

• Тесто, приготовляемое теплым способом, нужно отсадить на противень, выстланный бумагой для выпечки или фольгой, – тогда тесто не будет растекаться.

• Хорошо приготовленное тесто сохраняет форму, на поверхности отсаженных изделий хорошо видны контуры от фигурных насадок.

• Тесто можно отсадить и ложкой.

• Для того чтобы изделия из воздушного теста были еще более хрустящими и блестящими, посыпьте их перед выпечкой мелким сахаром.

• Полученное тесто нужно немедленно выпекать, так как при хранении или повторном взбивании белковая масса теряет свои качества.

• Изделия из воздушного теста выпекают, а точнее, сушат при температуре 100–120 °С, не закрывая плотно дверцу духовки.

• Продолжительность выпекания – от 10 до 50 минут – зависит от размеров изделия.

• Изделия из воздушного теста можно считать готовыми, если, постучав по ним, вы услышите отзвук пустоты.

• Для того чтобы изделия были хрустящими, они должны полностью остыть в духовом шкафу. Если их вынуть слишком быстро, они будут напоминать жевательную резинку.

• Пироги с украшением из воздушного теста лучше подавать на стол через несколько часов после выпечки.

Мучные изделия

• Тесто и изделия из него необходимо приготавливать в прохладном помещении.

• Тесто для несладких пирогов должно быть не слишком плотным по консистенции, то есть рыхлым. Для этого готовят густое, но не крутое тесто, чаще всего сдобное (добавляется молоко или масло, яйца). Так, на 1 кг муки должно приходиться около 0,5 л жидкости, включая воду и молоко, все жиры и яйца.

Доля яиц весьма невысока – 1 яйцо на каждые 800 г муки.

• В несладких пирогах достоинством является большое количество начинки и тонкая сухая корочка теста. Исключение составляют лишь кулебяки, где тесто снизу пирога делается несколько толще, чтобы увеличить слой начинки, но по консистенции остается таким же неплотным, как и для остальных несладких пирогов.

• В тесто для сладких пирогов кладут больше яиц и масла, чем в тесто для несладких пирогов, и, кроме того, делают его немного круче по консистенции и раскатывают в более толстый пласт, чтобы воспрепятствовать разъеданию теста сахаром и сладкой начинкой (вареньем).

• Большое количество сахара в мучных изделиях без жира придает им излишнюю твердость.

• Тесту для пирогов дают подняться иногда трижды и уж обязательно не менее двух раз, каждый раз вновь взбивая и уминая его.

• Начинки должны быть сочными, жирными, по вкусу более острыми, более резкими, более выразительными, чем диктует нормальный вкус. Это означает, что несладкие начинки должны быть чуть солонее, чуть пикантнее, чуть жирнее, а сладкие – чуть слаще. Это связано с тем, что тесто поглощает часть соли и часть сахара.

• Для жареных пирожков тесто делают более слабой консистенции, чем для печеных.

• Чтобы из жареных или вареных тестяных изделий с начинкой не вытек сок, нужно прочно защипать тесто. Для этого края теста нужно смочить водой или взбитым яйцом и сильно сжать.

• Пирогам и пирожкам из дрожжевого теста дают всегда после приготовления слегка подняться на листе (15–20 минут), а затем смазывают желтком или маслом и сразу ставят в духовку.

• Пироги из масляного слоеного теста сразу после формования выносят вместе с листом на холод на 10–15 минут, после чего смазывают и ставят в духовку.

• Духовку следует разогреть за 10 минут до того, как ставить в нее изделия из теста.

• Противень надо равномерно смазать жиром, и изделие не будет прилипать к нему. Ровный и тонкий слой жира получится, если противень нагреть.

• Если для пирогов используете стеклянную жаропрочную посуду, поместите ее на противень – тесто равномерно пропечется не только сверху, но и снизу.

Пирожки и пончики

• Пирожки и пончики можно жарить в такой смеси: 30 % свиного сала, столько же говяжьего и 40 % растительного масла. Если жир при этом пенится, то надо бросить в него щепотку соли.

• Пирожки и пончики получатся более ароматными, если жарить их в смеси растительного и топленого масла в соотношении 3:1.

• Если жарить пирожки в недостаточно нагретом жире, вкус их ухудшится, да и расход жира будет больше. Оптимальная температура для жарки изделий во фритюре составляет 170–180 ˚С.

• В слишком горячем жире изделие слишком быстро становится коричневым, в то время как внутри еще не успевает пропечься.

• Проверить, достаточно ли разогрелся жир для жарки пирожков, можно так: капните 2–3 капли воды, если они испарятся с поверхности, жир готов, если уйдут на дно, значит, пирожки опускать рано. В перегретом жире брызги воды испаряются с шипением.

• Чтобы из пирожков с повидлом не вытекала начинка, слой теста вокруг должен быть одинаковым по толщине, а края пирожка плотно соединены. Повидло надо брать густое, чтобы оно не стекало с ложки. Жидкое повидло надо уварить или прибавить к нему несколько ложек толченых сухарей или кукурузных хлопьев.

Беляши, пампушки, коржики, кулебяки

• Беляши нужно жарить на чугунной сковороде с нагретым жиром. Тонкий железный противень не годится: жир может подгореть и беляши будут горчить.

• Вес одновременно обжариваемых пирожков не должен превышать четверти веса фритюрного жира, чтобы температура фритюра не менялась.

• Перед жаркой пирожков, пышек, чебуреков и др. во фритюре с них следует смести муку, так как она будет подгорать, изделия впитают в себя много жира и получатся некрасивого цвета.

• Чтобы при жарке изделий во фритюре меньше расходовалось жира, добавьте в жир 1 чайную ложку уксуса.

• Жаренное во фритюре изделие из простого пресного теста остается свежим недолго, поэтому его нужно быстро употреблять в пищу.

• Пирожки из сдобного пресного теста будут более пористыми

и рассыпчатыми, если в тесто добавить пищевую соду и лимонную кислоту.

• Маленькие пирожки не следует горячими складывать друг на друга, так как при этом они будут более жесткими.

• Чтобы разогреть пирожки, их надо сбрызнуть водой, поместить между двумя тарелками и поставить в духовой шкаф или в микроволновую печь.

• При жарке пампушек добавьте к теплому жиру столовую ложку спирта – тогда тесто не будет впитывать жир.

• Если делаете коржики или бисквит со смальцем, добавьте сок половины лимона – он устранит вкус смальца.

• Кулебяку можно приготовить из сдобного и несдобного дрожжевого теста. Консистенция теста должна быть более крутой, чем для печеных пирожков.

• Чтобы в готовой кулебяке нижний слой теста с внутренней стороны не был влажным, положите на тесто сначала менее влажный фарш, а на него более сочный – мясной, грибной или рыбный, заправленный соусом.

• Кулебяку перед выпеканием надо проколоть сверху в двух-трех местах, чтобы дать выход пару.

• Пирожки и кулебяки надо укладывать на смазанный маслом противень швом вниз; расстояние между ними должно быть таким, чтобы при расстойке и выпекании они не соприкасались и не деформировались.

Пироги

• Пироги на противне следует выпекать на среднем огне, чтобы начинка не пересохла.

• У крупных пирогов по краям можно проткнуть заостренной спичкой или деревянной зубочисткой отверстия, чтобы выходил пар и верхняя корка не вздулась и не отпотевала.

• Остатками теста можно украсить пирог, симметрично разложив их вокруг отверстий для пара.

• Чтобы пироги с начинкой при выпечке не треснули, смажьте их яйцом и проколите в двух-трех местах.

• Чтобы на изделиях образовалась красивая румяная корочка, за 5–10 минут до окончания выпекания их следует смазать желтком. Делают это осторожно, мягкой кисточкой, чтобы не помять.

• Чтобы пирог выглядел привлекательнее, можно смазать его молоком, смешанным с яйцом. Для сладких пирогов используйте смесь молока с яичным белком, и сверху еще можно посыпать сахарной пудрой.

• Если при выпекании пирог слишком быстро румянится, следует накрыть его мокрой бумагой.

• Выпекая мучные изделия, насыпьте под форму немного крупной соли, чтобы они не подгорали.

• Если изделие подгорело, поставьте в угол духового шкафа сосуд с водой.

• Пирог лучше пропечется, если вокруг него на противне оставить по краям свободное место.

• При выпечке не хлопайте дверцей духовки – ваши изделия могут осесть.

• Чтобы нижний корж пирога поднялся и был сухой, слегка посыпьте его крахмалом, а потом выкладывайте начинку.

• Чтобы слоеный пирог с фруктовой начинкой лучше пропекся, проколите в нескольких местах нижний слой теста.

• Если вы печете пирог с фруктами, то тесто вначале посыпьте белыми молотыми сухарями, а затем положите на них фрукты – сухари впитают излишнюю влагу.

• Чтобы проверить, испекся ли закрытый пирог, его надо проткнуть деревянной палочкой: если тесто к ней не прилипает – пирог готов.

• Признак готовности рыбного пирога – выход фонтана пара через прокол.

• Чтобы убедиться, что рыбный пирог готов, надо его вынуть из духовки и слегка встряхнуть: рыба отделяется от теста – значит, рыбник готов, если не отделяется – нужно поставить пирог допекаться.

• Для того чтобы начинка пирога не была сухой, непосредственно перед тем, как вынуть пирог из духовки, можно подсунуть под верхний лист пирога кусочек сливочного масла. Можно также использовать растопленное масло, которое следует влить в одно из отверстий для выхода пара.

• Не вынимайте испеченный пирог из формы сразу – дайте ему немного остыть. Но и не следует долго оставлять пирог на железном листе – он станет влажным и приобретет запах железа – 5 минут достаточно.

• Поверхность готового пирога можно смазать по вкусу густой сметаной, растительным или растопленным сливочным маслом.

• Если пирог не «сходит» со сковороды, поставьте ее на несколько секунд в холодную воду или подержите над паром. Можно накрыть сковороду мокрым полотенцем.

• Если пирог пристал к листу, возьмите чистую крепкую нитку и осторожно проведите ею под пирогом.

• Чтобы пирог оставался мягким и пышным, пока он еще горячий, накройте его плотной тканью.

• Горячий пирог лучше не резать. Но если это все-таки надо сделать, рекомендуется подержать нож в горячей воде, затем его быстро обтереть и тогда можно резать пирог (как и при нарезке бисквита).

• Большие пироги выкладывают на плоское блюдо, покрытое кружевной бумагой.

• Пироги подают или за завтраком, или же к супу за обедом.

• Рыбные пироги лучше подавать горячими, так как у горячих рыбных пирогов неповторимый аромат и вкус.

• Большие пироги подают также вместо горячей закуски.

• Чтобы пироги не засыхали, их нужно держать в глиняной посуде, накрытой салфеткой, или положить их в полиэтиленовый пакет.

• Готовый пирог можно разогреть в несильно нагретой духовке, подсунув кусочек масла под верхнюю корочку.

• Не рекомендуется оставлять пироги на третьи сутки, поскольку вкус резко ухудшается. В этом случае, правда, можно обновить пироги, прогрев на слабом огне в духовке в течение 5–6 минут.

Торты, кексы

• Форму для тортов рекомендуется брать диаметром не более 24 см. В большой форме торт получится слишком низким.

• Чтобы торт снизу не подгорел, на дно формы положите лист промасленной бумаги.

• Не ставьте торт в жаркий духовой шкаф, так как снаружи он будет твердым, а внутри – сырым. Духовку предварительно согрейте, но не раскаляйте, выпекайте торт при умеренной температуре.

• Чтобы тесто для кексов имело ярко-желтую окраску, желтки яиц, к которым прибавьте щепотку соли, разотрите с вечера, накройте, поставьте в холодильник и утром используйте.

• Печь кекс лучше всего в специальной форме с трубчатым отверстием посередине.

• Для кекса никогда не смазывайте форму жиром. Тесто во время запекания и до момента остывания должно приклеиться к боковинам формы.

• Если торт или кекс не совсем отходит от формы, то осторожно пройдитесь вокруг него ножом, полностью отделив от стенок формы.

• Большинство тортов и кексов можно проверить на готовность, слегка нажав пальцем на верхнюю корочку. Если она спружинила и торт принял прежнюю форму, значит, он испекся и

его можно вынимать.

• Для охлаждения кекса переверните форму на бутылку – воздух будет циркулировать со всех сторон, и кекс не опадет.

• Кекс вынимают из формы после полного его остывания.

• Свежеиспеченный кекс трудно разрезать ножом. Это можно сделать толстой ниткой, натянутой обеими руками, либо ножом, предварительно смоченным в кипятке.

• Готовый торт надо поставить, не вынимая из формы, на полотенце, смоченное холодной водой, – тогда он легче отделится от формы.

• Готовый торт нельзя сразу выносить на холод, так как от резкого изменения температуры он может осесть.

• Чтобы добиться при разрезании коржа для торта ровных краев, используйте нож-пилу и режьте под линейку.

• Торт долго не зачерствеет, если рядом с ним на блюде будет лежать сырое яблоко.

• Когда выпекают бисквит или коржики со смальцем, в тесто добавляют лимонный сок, чтобы устранить привкус смальца.

Печенье, лепешки, пудинги, бабки

• Мелкое печенье снимайте с противня горячим. Если оно плохо отделяется, поставьте противень на кастрюлю с горячей водой или оберните его тряпочкой, смоченной в холодной воде.

• Чтобы печенье не пристало к противню, можно дно духовки посыпать солью.

• Если печенье пригорело, то после его остывания осторожно удалите пригоревший слой теркой и посыпьте это место сахарной пудрой.

• Если мелкие бисквиты или коржики не отстают от листа, то лист можно подержать над паром.

• Металлические формочки для печенья после употребления следует сразу смочить водой и мокрыми протереть солью, затем ополоснуть и высушить.

• Овсяные лепешки следует разрезать в форме еще теплыми. Когда они остынут, то станут слишком ломкими и будут при разрезании крошиться.

• Если на верх молочного пудинга перед выпечкой поместить 1 столовую ложку нежирных сливок, то пудинг покроется приятной сливочной корочкой.

• Яблочную бабку следует выдержать в форме 10 минут, а затем аккуратно выложить на блюдо или тарелку.

Бутерброды

• Основой бутербродов является черный или белый хлеб – свежий или поджаренный. Не следует заранее его нарезать, так как хлеб высохнет и будет невкусным.

• Чтобы получить хлебные крошки, поместите сухой хлеб между двумя слоями промасленной бумаги и измельчите его с помощью скалки.

• Для горячих бутербродов используется поджаренный хлеб.

• Нарезать продукты для бутербродов следует не более чем за час до подачи на стол, иначе они высохнут и потеряют вкус.

• Если бутерброды готовят из соленой рыбы, то ее нужно в течение нескольких часов вымочить в холодной воде, меняя при этом воду.

• Если бутерброды готовят с сухой колбасой, то, чтобы ее оболочка легче снималась, подержите колбасу под струей холодной воды.

• При изготовлении бутербродов ломтики хлеба желательно намазать сливочным маслом или майонезом, а сверху положить заготовленные продукты.

• Сливочное масло для бутербродов с мясными продуктами станет острее и вкуснее, если в него добавить немного горчицы или томатного соуса.

• Бутерброды должны быть красиво оформлены и эффектно уложены на блюде. Для их украшения можно использовать зеленые листья петрушки или сельдерея, ягоды клюквы, кружочки огурцов, помидоров, яиц и др.

Начинка и украшения для пирожков, пирогов, беляшей, тортов и др

• Приготовляя пироги, следует обратить внимание на то, чтобы начинка была влажной, но не слишком жидкой, в последнем случае тесто размякнет и расплывется.

• Перед тем как класть в пирог приготовленную начинку, ее нужно охладить до комнатной температуры (если она стояла в холодильнике, то начинка должна нагреться до комнатной температуры), чтобы тесто не стало влажным или мокрым.

• Когда готовят капустный фарш для начинки, капусту сперва обжаривают, а уж потом, когда она охладится, солят (чтобы не выделялась раньше срока жидкость).

• Если вы используете для начинки крошки от сухарей, поместите их предварительно в небольшое количество молока на 1 час. Перед тем как смешивать крошки с остальными ингредиентами, молоко слейте.

• Пресные начинки, помаду, сироп для пропитки, некоторые

кремы можно подкислить соком лимона.

• Если повидло для пирожков жидковато, уварите его или прибавьте 2–3 столовые ложки толченых сухарей или кукурузных хлопьев – получится очень вкусно.

• В начинку для пирога с ягодами не рекомендуется класть сахар. Лучше сделать более сладким тесто, а готовый пирог посыпать сахарной пудрой.

• Не следует класть в пирог слишком много начинки, тесто может прорваться. Вокруг слоя начинки должен оставаться свободный краешек шириной 3–4 мм, чтобы можно было надежно слепить между собой верхний и нижний слои теста.

• Вот первый способ сделать пирог с начинкой. Нижний слой теста положить на противень, сверху ровным слоем разложить начинку. Тесто для верхнего слоя пирога раскатать, свободно намотать на скалку и расправить уже поверх слоя начинки на пироге. Нижний край теста отогнуть наверх и плотно защипнуть вместе с верхним.

Второй способ приготовления пирога с начинкой. Все тесто раскатывается одним полотнищем. На него выкладывается начинка. Края теста загибаются с двух сторон, стягиваются и плотно защипываются, после чего пирог кладется на противень швом вниз. Эта операция требует внимания и сноровки. Главное, чтобы пирог не развалился. Помочь могут широкие плоские лопаточки для переворачивания пищи на сковороде.

• Простейшим украшением изделий из муки является смазывание их перед выпечкой взболтанным яйцом, яичным желтком, молоком или растворенным в воде сахаром. Делают это осторожно, мягкой кисточкой и так, чтобы смазка не стекала на противень.

• В яичный желток можно добавить немного соли и слегка взбить, тогда на изделиях появится аппетитный коричневый глянец.

• Очень просто можно украсить изделия сахаром или сахарной пудрой.

• Сахарную пудру можно приготовить из сахара-рафинада. Нагрейте рафинад в духовом шкафу и горячим потолките в ступке, а затем просейте через мелкое волосяное сито.

• Чтобы равномерно покрыть изделия сахарной пудрой, просейте ее на изделие через частое сито или марлю.

• Перед выпечкой изделия вначале смазывают маслом и лишь потом посыпают сахарным песком (иначе песок быстро растворится и впитается масло).

• Прежде чем украсить пирог фруктами, посыпьте его белыми сухарями – они впитают влагу.

• Если у вас нет специального шприца для отделки тортов и пирожных, можно его заменить кулечком (корнетиком). Из плотной бумаги вырежьте треугольник и склейте его конусом. Узкому концу можно придать любую фигурную форму.

• Не следует украшать торты жидким вареньем, так как сироп не задерживается на поверхности, а проходит через толщу торта. Лучше украсить фруктами из варенья.

• Чтобы на торте сохранился рисунок, используют только остывший крем (теплый расплывается). Но если крем слишком холодный (сироп отделяется от масла), надо часть крема подогреть, смешать с остальным и взбить.

• Сироп для пропитки коржей должен быть охлажден, иначе изделия могут развалиться.

• Сметану нужно взбивать охлажденной и в охлажденной посуде.

• Сметана лучше взбивается, если в нее добавить немного сырого яичного белка.

• Если вы взбиваете сливки электрическим миксером, нужно соблюдать большую осторожность, чтобы сливки не превратились в масло. Если вы взбиваете небольшое количество сливок, куда безопаснее взбивать их вручную.

• Взбитые сливки можно улучшить, если добавить в них (на 150 г сливок) 1 столовую ложку сахарной пудры и 1 взбитый яичный белок.

• Во время взбивания сметаны, сливок и т. д. могут вылетать брызги из миски на кухонный стол. Чтобы грязи было поменьше, сделайте из вощеной бумаги щит в виде окружности, диаметр которого чуть больше диаметра миски. В середине вырежьте отверстие, поместите насадки миксера в это отверстие и начните взбивать. Бумага не позволит брызгам лететь из миски по всему столу.

• Цукаты широко применяют для украшения тортов, пирожных, кексов, куличей и других выпеченных изделий.

• Цукаты следует выкладывать на пирог аккуратно, начиная с тех мест, где появились трещины.

• Цукаты нельзя класть на сырое тесто, потому что они тяжелые и могут просто утонуть в пироге.

• Для приготовления цукатов используют плотные, а иногда и недозрелые фрукты и ягоды, а также апельсиновые и лимонные, арбузные и дынные корки.

• Для приготовления кексов и куличей цукаты нужно мелко нарезать и обвалять в муке, перед тем как вводить их в тесто. Это способствует равномерному распределению цукатов по всему тесту и придает изделию характерный вкус.

• Хранить цукаты следует в холодном месте.

• Чтобы получить засахаренный виноград, нужно маленькие кисточки винограда смазать взбитым яичным белком, обмакнуть в сахарную пудру и оставить высохнуть на промасленной бумаге.

• Прежде чем украшать торт фруктами, смажьте его поверхность белком, чтобы он не размягчался.

• Бисквитные пирожные и торты хорошо оформлять шоколадной помадкой, различными фруктами и цукатами.

• Помадку после взбивания оставляют на 12–14 часов для созревания, тогда она получается более нежной.

• Чтобы на помадке не образовалась корочка, ее следует сбрызнуть водой и накрыть влажной салфеткой.

• Помадка будет мягкой, если к сиропу, сваренному «до нитки», прибавить по 1 столовой ложке масла и лимонного сока.

• Заварным кремом можно смазывать теплые изделия, сливочным кремом – только холодные.

• Заварные кремы следует готовить на маленьком огне, постоянно помешивать и не давать закипеть.

• Готовя шоколадно-сливочный крем, просеянный какао-порошок вводят вместе с ванильной пудрой в конце взбивания. Чтобы на поверхности заварного крема не образовалась пленка, его посыпают сахарным песком или сахарной пудрой.

• Крем из молока, крахмала и какао будет ароматнее, если ввести в него натертую апельсиновую корочку или влить несколько капель апельсиновой эссенции.

• Крем блестит, если по его поверхности провели ножом, смоченным теплой водой.

• Заварные кремы бывают неудачными по следующим причинам:

– крем мало варился – следует доварить;

– в креме избыток жидкости – нужно добавить муку. Но чтобы крем не взялся комочками, муку добавляют через сито, небольшими порциями, все время помешивая;

– растопленное или очень жидкое сливочное масло. В этом случае крем ставят в холодное место и во время застывания несколько раз перемешивают.

• Если вы долго взбивали яйца, заварной крем станет пенистым и на его поверхности во время выпекания появятся пузырьки. Взбивайте яйца до тех пор, пока желтки и белки не перемешаются.

• При хранении не будет корочки на заварном креме, если посыпать его сахарным песком или сахарной пудрой.

• Яблоки для белкового крема надо испечь или сварить, а затем протереть через сито, добавить сахар, массу нагреть до

120 °С и заварить со взбитыми белками.

• Горячее фруктово-ягодное пюре или сироп вводят во взбитые белки при непрерывном помешивании.

• Заварной крем считается готовым, если он достаточно густой и обволакивает ложку (пройдитесь пальцем по ложке – палец должен оставить след).

• Приготовленный заварной крем перед охлаждением закройте сверху прозрачной пленкой и часто помешивайте, чтобы на нем не образовалась толстая пленка.

• Начинять пирожные можно только густым остывшим кремом.

• Краски для кремов разводят охлажденной кипяченой водой. Разведенные краски годятся только для одноразового использования, так как быстро портятся.

• Чтобы крем подкрасить, к нему нужно добавить немного какао, или свекольного отвара, или сиропа любого варенья.

• Изюм и лимонную цедру добавляют в дрожжевое тесто в конце вымешивания. Изюм необходимо перебрать, промыть и просушить, а лимон промыть.

• Изюм в кексе не осядет на дно, если его припудрить мукой.

• Вместо изюма в пудинг можно добавить промытый и мелко нарезанный урюк.

• Грецкие орехи для тортов и пирожных рекомендуется слегка прокалить в духовом шкафу 10–15 минут. Они будут вкуснее и легко очищаются.

• Если орехи для начинки или теста измельчают, их нужно время от времени посыпать сахаром, который будет впитывать ореховое масло.

• Торт с грецкими орехами получится более нежным, если в него добавить протертое яблоко.

• Если для какого-либо пирога нужна миндальная крошка, можно использовать вместо миндальных орехов крошки миндального печенья. Вкус будет тот же самый, а готовить легче.

• Чтобы сделать миндальное пюре, смешайте 280 г толченых миндальных орехов с 1,5 стакана сахарного песка, затем добавьте сок половины лимона и 1 большое яйцо и разотрите.

• Когда вы поджариваете миндальные орехи, делайте это на медленном огне при постоянном помешивании, иначе они поджарятся слишком сильно и станут горчить.

• Вместо миндаля в тесто можно положить зерна абрикосов или персиков, но в небольшом количестве (2–3 штуки).

• Лесные орехи перед использованием нужно подсушить на сковороде, очистить и смолоть.

• Фисташки перед использованием нужно подсушить и снять с

них кожицу.

• С миндаля, орехов, фисташек легко снять кожицу, если их на несколько секунд погрузить в кипяток.

• Фундук будет намного вкуснее, если его поджарить и снять горькую, похожую на бумагу кожицу. Нагрейте духовку до 180 °С. Высыпьте орехи на противень или в форму. Пеките 10 минут или до тех пор, пока орехи слегка не поджарятся, а кожа не начнет лопаться. Заверните горячие орехи в чистое полотенце, покатайте фундук по столу, чтобы сошла большая часть кожицы. Перед употреблением орехи охладите.

• Если измельченные орехи и сухие или свежие фрукты обвалять в муке, то при выпечке они не будут склеиваться и не осядут на дно кекса. В противном случае все добавки во время запекания могут осесть на дно формы.

• Если семена мака необходимо размолоть для использования в выпечке, предварительно залейте их кипятком и оставьте на 3–4 часа. Можно мак запарить и в термосе – тогда время сократится до 1–2 часов. Просушите влажные семена в марле или тонкой ткани и несколько раз пропустите их через мясорубку с острыми ножами.

• К маковой начинке для пирога можно добавить манную крупу – она впитает избыток влаги.

• Посыпьте семенами мака домашний хлеб, печенье и пироги.

• Если смешать мак с медом, получится начинка для блинчиков.

• Чтобы тортовые начинки и кремы, за исключением фруктовых, дольше оставались свежими, добавьте в них 1–2 чайные ложки спирта.

• Добавляя к тортовым массам и кремам различные эссенции, следите, чтобы эссенция не убивала их вкус и аромат.

• Если к шоколаду прибавить воду, молоко или сахар-песок, глазурь не будет блестеть. Шоколад лучше всего растопить в кастрюле на пару или в духовом шкафу. В отдельной посуде распустите сливочное масло. Потом, все время помешивая шоколад, добавьте к нему небольшими порциями масло. Сразу же облейте этой массой изделия, так как глазурь быстро застывает.

• Чтобы какао придавало крему аромат шоколада, необходимо варить какао, обязательно добавляя в него сахар. Шоколадный порошок уже содержит сахар, и его не надо варить, однако аромат шоколада будет слабее.

• Глазурь не только добавляет кексу, пирогу и торту аромат, но и придает изделиям более гладкий, глянцевый вид, а сама выпечка при этом остается мягкой.

• Глазурь может быть простой: растопленный джем, а может

быть смесью сахара и жидкости.

• Хорошую глазурь можно получить, растопив шоколад и мятные конфеты и прибавив 1–2 чайные ложки воды или молока.

• Шоколад можно заменить какао в порошке, смешанным с сахаром и маслом: вместо 100 г шоколада взять 30 г какао-порошка, 30 г масла и 40 г сахара.

• Если вы смазываете торт шоколадной глазурью, в которую добавлен кусочек шоколадного масла, рекомендуется ненадолго поставить торт в нагретую духовку, оставив дверцу открытой: тогда глазурь станет блестящей.

• Для глазури можно использовать следующие естественные краски: красную – сок свеклы, желтую – апельсина (его может заменить желток), зеленую – шпинат, сиреневую – шелковицы.

• Перед поливкой глазурью рекомендуется посыпать торт крахмалом, чтобы она не растекалась.

• Заглаживают глазурь ножом, обмакивая его в горячую воду, чтобы получилась гладкая поверхность.

• У изделий, покрытых глазурью, есть дефект – матовость, то есть отсутствие глянца изнутри. Его можно избежать, если до глазирования поверхность изделий покрыть тонким слоем фруктового повидла, густого яблочного или сливового джема, иначе говоря, «загрунтовать» поверхность глазируемого изделия. При этом глазурь не только приобретет превосходный глянец, но и ровнее покроет поверхность изделия.

• Подложите под кекс вощеную бумагу, тогда на ней останутся стекшие капли глазури.

• Для того чтобы кекс хорошо пропитался глазурью, перед пропиткой повсюду проколите его деревянной зубочисткой.

• Торты и другие кондитерские изделия, покрытые сахарной глазурью, не следует хранить в морозильной камере холодильника, так как при размораживании глазурь разжижается.

• Пирожные, глазированные помадкой, и ромовые бабы не рекомендуется хранить в холодильном шкафу.

• Украшения из желе для тортов, пирожных и других выпечных изделий можно сделать следующим образом: слоем желе залить весь торт; а также можно покрыть ягоды на пирогах – ягодниках. Затем поставить изделие с желе на 2 часа для застывания в холодильник. Застывшим желе, разрезанным на кусочки в форме треугольников, квадратов, ромбиков, покрыть поверхность готового изделия и т. д.

• Желе для фруктов и ягод охладить до тех пор, пока оно не сделается немного тягучим. Кисточкой или ложкой быстро залить им фрукты или ягоды, например вишню, красную смородину, дольки апельсина и др.

• Для изготовления украшений из разноцветного многослойного желе нужно вылить желе одного цвета в плоское блюдо слоем 2 мм, дать застыть, затем на первый слой вылить такой же слой желе другого цвета и т. д.

Блины

• Процесс приготовления дрожжевого блинного теста достаточно длителен – до 5–6 часов.

• Посуду, в которой тесто будет готовиться, надо смазать рафинированным растительным маслом, тогда тесто не будет приставать к стенкам посуды и посуду легко будет отмыть.

• Чтобы получить хорошее блинное тесто, необходимо:

– дрожжи взять свежие, хорошего качества;

– муку для блинов обязательно просеять, чтобы она разрыхлилась и насытилась кислородом, что способствует лучшему подъему теста;

– масло вводить в тесто после того, как оно наполовину замешено. Нельзя вводить масло одновременно со взбитыми белками, пена белков сразу же осядет, и блины не получатся рыхлыми и кружевными;

– блинное тесто на всех стадиях его приготовления (при создании опары, добавлении муки, молока, яиц) необходимо очень тщательно растирать и взбивать, чтобы консистенция теста становилась однородной, без единого комочка.

• Блины, приготовленные на молоке, хотя и вкусны, но не так пышны, как блины, приготовленные на воде, и поэтому опару целесообразно ставить на разбавленном водой молоке или добавлять воду в поднявшуюся последний раз опару.

• Если в тесто для блинов кладут яйца целиком, блины становятся более вязкими, а если только желтки – блины будут мягкими и нежными, но легко рвутся. Поэтому лучше всего класть в тесто одинаковое количество целых яиц и желтков, например 1 яйцо и 1 желток.

• Если готовятся заварные блины, обваривать опару надо не крутым кипятком или кипящим молоком, а лишь доведенным до кипения и остуженным до 60°.

• Приготавливая блины, взбитые белки и сливки следует добавлять в тесто после того, как оно окончательно поднимется. При этом взбить вначале сливки и в них ввести взбитые белки яиц (но ни в коем случае не наоборот) – именно эта смесь даст блинам рыхлость, воздушность и ноздреватость.

• Смешивать с тестом смесь белков и сливок следует сверху вниз и снизу вверх, а не кругообразными движениями.

• Гречневую муку, предусмотренную рецептурой для блинов, можно получить, пропустив несколько раз крупу-ядрицу (предварительно промыть и высушить в духовом шкафу) через кофемолку, а затем просеять через сито.

• Очень вкусные блины получаются из смеси пшеничной и гречневой муки.

• В приготовленное для блинов тесто влейте 30–50 г (в зависимости от количества теста) растительного масла и перемешайте, тогда не надо будет смазывать сковородку.

• Готовое тесто можно сохранять в холодильнике до 2 суток, но за 2 часа до начала выпечки нужно поставить его в теплое место или теплую воду.

• Главное условие хорошего блинного теста:

– количество муки и жидкости (воды или молока, растопленного масла, яиц, сливок, разведенных дрожжей) должно быть по объему одинаковым;

– количество подъемов теста при брожении – 2–3;

– после последнего подъема не перемешивать. Брать осторожно разливной ложкой и выпекать блины;

– момент готовности как опары, так и теста: они готовы, когда поднимутся почти вдвое и будут равномерно пропитаны воздушными пузырьками.

• Исправление дефектов блинного теста:

– если тесто получилось комковатым (это бывает, если слишком быстро всыпать муку и плохо ее перемешать), его надо протереть через сито и вымесить до гладкости. Но сильно взбивать тесто тоже не рекомендуется – оно станет тягучим. После чего дрожжевому тесту дать вновь подняться;

– если тесто получилось слишком густое, то его можно развести горячим, доведенным только до кипения молоком или водой. Сначала берут часть теста и делают его жиже, чем надо, а после этого смешивают с остальным тестом;

– если при выпечке блина в середине образуется рыхлая масса или пузыри и блин разрывается при переворачивании, значит, блинное тесто не выбродилось. Выпечку блинов прекратить, посуду с тестом поставить в теплое место и дать хорошо подойти;

– если блин получается с «закалом» посередине и разрывается при переворачивании, значит, блинное тесто жидковато. Необходимо добавить муки и дать тесту подойти. В этом случае можно добавить и яйцо;

– при неправильном регулировании огня низ блина может подгореть, а верх остаться сырым. Блин при переворачивании может развалиться. Необходимо отрегулировать огонь на

меньший, разлить блинное тесто на сковороду и в начале выпечки прикрыть ее ненадолго;

– если при выпечке блина подгорает середина – на конфорку горелки надо положить рассекатель пламени и слегка убавить огонь;

– если при выпечке блины получаются бледными, значит, тесто перекисло. Небольшое количество подготовленного и перекисшего теста можно исправить (размолодить), добавив дополнительное количество холодного молока или воды и остальных продуктов. Блины могут быть бледными и при недостаточном количестве положенного в них сахара;

– при избытке сахара в тесте блины будут подгорать;

– если блины получаются плотными, вязкими и не пористыми, значит, при приготовлении тесто долго вымешивалось. Исправить такое тесто можно только его «размолаживанием» – внесением дополнительных разрыхляющих компонентов (взбитые в крутую пену белки) и осторожным перемешиванием.

• Когда тесто для блинов подойдет, его ни в коем случае не надо мешать, а то блины не будут пышными.

• Печь блины нужно, когда тесто хорошо подошло и только-только начинает оседать. Тогда блины получаются пышные, легкие, «кружевные».

• Прежде чем начать жарить блины, нужно тщательно протереть сковороду солью. Если сковорода вычищена недостаточно тщательно, то первый блин не удается (отсюда выражение «первый блин комом»). В этом случае необходимо поставить сковороду на огонь, налить растительное масло, насыпать 1 столовую ложку крупной соли и, помешивая, прокалить ее, затем остудить, сковороду вытереть сухой тряпочкой, вновь посыпать сухой солью, протереть, соль убрать и вновь протереть сухой тряпочкой. Если при этом тряпочка осталась чистой, значит, сковорода хорошо подготовлена. Иначе можно испортить все блины. Современные сковороды с антипригарным покрытием такой подготовки не требуют.

• Перед началом выпечки блинов необходимо подготовить рабочее место: рядом с плитой поставить тесто в низкой посуде, чашку с растительным маслом, помазок для смазывания сковороды, глубокую и широкую миску с крышкой для готовых блинов.

• Процесс выпечки требует определенного навыка и сноровки, хотя внешне он выглядит довольно просто: подготовленную сковороду хорошо прогреть, смазать маслом, еще раз прогреть и половником или большой ложкой, смоченной холодной водой,

чтобы тесто не приставало, налить на сковороду блинное тесто, беря его осторожно, сверху, не давая поднявшемуся тесту опасть.

• Как только налили тесто на сковороду, надо быстро наклонять ее в разные стороны, чтобы тесто равномерно разлилось по всей поверхности. При этом количество взятого каждый раз теста должно быть таково, чтобы оно могло разлиться тонким ровным слоем по всей сковороде.

• Имеет значение количество масла, которым смазана сковорода. Если масла мало – блин будет пригорать, если много – получится толстым, неровным, так как излишнее масло препятствует тесту разливаться тонким слоем и блин будет рваться при переворачивании.

• Чтобы получить ровный и одинаковый для всех блинов слой масла, его лучше не наливать на сковороду, а смазывать перед выпечкой каждого блина. Делать это удобнее половинкой луковицы или сырой очищенной картофелиной, разрезанной поперек и наколотой на вилку. Луковицу обмакнуть срезанной поверхностью в растительное масло и смазать сковороду. Можно смазать поверхность сковороды куском сала (свежего), так же наколов его на вилку.

• Когда сковорода предварительно разогрета, правильно смазана и на нее налито достаточное количество теста, то блин печется недолго. Как только он начнет подниматься и румяниться, его можно сверху смазать маслом с помощью той же луковицы или картофелины и сразу же перевернуть на другую сторону, иначе блин можно засушить. Переворачивать блины удобнее плоским широким ножом или лопаточкой.

• Если сковорода сильно перегрета, то на блинах при выпекании образуются пузыри, к тому же блины плохо снимаются со сковороды.

• Блины прилипают к сковороде по нескольким причинам:

– тесто очень жидкое – необходимо добавить муку;

– низкое качество муки – необходимо добавить манную крупу или панировочные сухари;

– холодная сковорода – нужно ее прогреть.

• Если блины получаются разорванными, не отчаивайтесь. Порежьте их в виде лапши, ромбов или квадратов и перемешайте с молотым мясом или поджаренным луком.

• Если блины готовят для фарширования, то, перевернув блин, надо его слегка подрумянить. Фарш кладется на поджаренную сторону блина, заворачивается и затем обжаривается со всех сторон.

• Готовые блины складывают стопкой в хорошо разогретую глубокую посуду, каждый блин смазывают маслом и сверху

посуду прикрывают крышкой, чтобы блины не остыли.

• Чтобы сохранить блины горячими, складывайте их в тарелку над кастрюлей с горячей водой и накрывайте фольгой.

• Блины можно поддерживать в подогретом состоянии в теплой духовке, завернув их в чистое кухонное полотенце.

• Если вы хотите подавать блины позже, разогретыми, проложите между ними слои промасленной бумаги, чтобы блины не прилипли друг к другу. Разогревать блины лучше на пару.

• Вкусны блины и на второй день – подогретые или запеченные с творогом, мясом, рисом с яйцами и т. д.

• Несъеденные блины можно плотно завернуть в целлофан или фольгу и заморозить. Перед разогреванием фольгу или целлофан снять, а блины завернуть в полотняную салфетку и держать над паром в дуршлаге или сите, пока они не станут пышными и не начнут отставать друг от друга.

• К блинам подают сливочное масло, сметану, варенье, мед, хрен, черную и красную икру, малосоленую или соленую рыбу.

• Сливочное масло перед подачей распускают до густоты сливок, взбивают на холоде до пены (можно добавить в него мелко нарубленные вареные яйца, посолить, поперчить). Икру растирают с оливковым маслом, уксусом и добавляют рубленую зелень.

Блинчики

• Тесто для блинчиков должно быть достаточно жидким, оно должно разливаться по сковороде тонким слоем, и образующиеся при испарении воды пузырьки разрыхляют его. В противном случае блинчики внутри будут сырыми. При образовании комков тесто необходимо процедить через частое сито. Кроме того, обычно это тесто взбивают, прежде чем налить на сковороду.

• Особую воздушность блинчики приобретут, если взять половину молока и половину минеральной воды.

• Если в тесто для блинчиков кладут яйца целиком, блинчики становятся более вязкими, а если только желтки – они становятся мягкими и нежными, но легко рвутся. Поэтому лучше всего класть в такое тесто одинаковое количество целых яиц и желтков.

• Блинчики будут вкуснее, если в тесто добавить взбитые белки.

• Маленькие сковородки с ручкой (диаметром 20–25 см) смазывают жиром (см. раздел «Блины»), наливают черпаком тесто тонким слоем и, наклоняя сковороду, распределяют его по всей поверхности.

• Обжаривают блинчики с двух сторон так, чтобы они только

слегка зарумянились.

• Чтобы не смазывать каждый раз сковороду жиром и чтобы блинчики не прилипали к сковороде, в тесто нужно добавить немного растительного масла и хорошо перемешать.

• Блинчики без начинки складывают вчетверо и в таком виде обжаривают еще раз. Такие блинчики можно подавать с маслом, сметаной, медом, вареньем.

• Десертные сладкие блинчики можно ароматизировать ванилином, лимонной или апельсиновой цедрой, ликером, ромом, корицей.

• Закусочные соленые блинчики можно ароматизировать небольшим количеством черного молотого перца, мускатным орехом, укропом, петрушкой или другими ароматическими приправами.

• Если в тесто для закусочных соленых блинчиков добавить пиво – оно лучше поднимется.

• Блинчики фаршированные готовят так: когда блинчик зарумянится с одной стороны, его снимают и охлаждают. Фарш кладут на обжаренную сторону блинчика и заворачивают его в виде конверта или рулетика. Затем блинчики обжаривают с обеих сторон и подают горячими. Блинчики можно приготовить с любым фаршем: мясным, рыбным, рисовым, творожным, грибным, овощным, фруктовым, ягодным и т. д.

• Если блинчики остыли и затвердели, их можно разогреть в духовом шкафу или в микроволновой печи, предварительно сбрызнув водой и накрыв крышкой.

Оладьи и лепешки

• Оладьи и лепешки считаются одной из разновидностей блинов.

• Приготовленные из дрожжевого теста оладьи получаются пышными, не опадающими после выпечки и остывания.

• Чтобы добиться пышности оладий, готовое тесто не следует трясти, перемешивать, давать ему остывать (необходимо его держать в тепле до окончания выпечки), оставлять в нем разделочную ложку.

• Ложку, которой разделывают оладьи, опустить вначале в растительное масло или воду, затем осторожно брать ею тесто с края посуды, класть его на хорошо разогретую с жиром сковороду и жарить с обеих сторон.

• Жарят оладьи на таких же сковородах, что и блины, но, учитывая то, что иногда оладьи жарят в большом количестве жира, сковорода может быть и менее толстостенной.

• Оладьи можно жарить не только на сковороде, но и во фритюрнице.

• Жарят оладьи на несильном огне, прикрыв вначале крышкой, чтобы тесто хорошо пропеклось в середине.

• Пресные оладьи не сохраняют надолго высоту подъема и поэтому употребляются горячими, прямо со сковороды.

• Чтобы оладьи долго не остывали, надо положить их на смазанную маслом сковороду, накрыть фольгой и поставить в нагретую духовку, убрав огонь.

• Лепешки отличаются от оладий более густым тестом и в основном выпечкой в духовке с небольшим количеством жира.

• Тесто для лепешек следует раскатывать в как можно более тонкий пласт, чтобы хорошо чувствовалась начинка.

• Приготовив много оладий и лепешек и сразу не использовав, можно их холодными завернуть в целлофановый пакет, сделав между ними прослойки из фольги или пергамента и положить в морозильную камеру холодильника. Такие оладьи и лепешки сохраняются в течение 2–3 недель.

• Разогревать оладьи или лепешки лучше на пару, положив их в миску и смазав сметаной. Миску накрыть крышкой, поместить на кастрюлю меньшего размера с горячей водой и поставить на слабый огонь. Можно разогреть в микроволновой печи.

• Чтобы освежить лепешки, полежавшие один день, смажьте их небольшим количеством молока и подержите в духовом шкафу при температуре около 190 ˚С в течение 10 минут.

• Массу для оладий из овощей необходимо готовить непосредственно перед жаркой.

Пельмени и вареники

• Пельмени и вареники – излюбленное блюдо многих народов. Они могут иметь иные названия, бывают самой различной формы и размеров, но суть их одна – «начинка в тесте».

• Тесто для пельменей и вареников можно приготовить по разным рецептам, самыми различными могут быть и начинки. Тесто готовят в основном из пшеничной муки и, желательно, в прохладном месте (подальше от плиты) – это умерит подсыхание.

• Обычно муки требуется вдвое больше, чем жидкости, на которой замешивается тесто.

• Если для замеса используется вода, то лучше брать очень холодную (тесто долго не высыхает и хорошо склеивается) кипяченую воду, тогда тесто будет нежнее.

• Для приготовления теста муку насыпают горкой, делают в

ней воронку, вливают жидкие компоненты и вначале ножом размешивают (для образования равномерной смеси), а затем замешивают тесто, оно должно быть крутым и эластичным.

• После замеса тесто должно обязательно вылежаться в течение 30 минут. За это время набухает клейковина, тесто делается эластичным.

• В Сибири для получения более сочных пельменей их выставляют на мороз, чтобы хорошо промерзли, и тогда варят; но и без мороза можно достичь этого, соблюдая следующие правила:

– фарш готовить из самых лучших сортов мяса (например, из смеси жирной свинины и постной говядины);

– масло не использовать – оно плохо соединяется с фаршем и не дает необходимой сочности;

– добавлять в фарш достаточное количество льда или холодной воды;

– раскатывать тесто очень тонко и не подсыпать при раскатывании много муки;

– хорошо защипывать пельмени, чтобы при варке не разошлись края (перед защипкой по всем краям теста провести влажным пальцем);

– делать пельмени очень маленькими, чтобы класть их в рот не разрезая.

• Кастрюля для варки пельменей и вареников должна быть невысокой, широкой, чтобы пельменям в ней не было тесно. Вода должна заполнять ее на $^3/_4$ или $^2/_3$.

• Пельмени закладывают в кипящую подсоленную воду.

• Вместе с солью в кастрюлю можно положить мелко нарезанный лук, лавровый лист, укроп, петрушку.

• Пельмени будут вкуснее, если их отварить в мясном или курином бульоне.

• В кипящую воду для варки пельменей или вареников рекомендуется также добавить 1 столовую ложку растительного масла: пельмени и вареники не будут слипаться.

• Варить пельмени или вареники надо от 8 до 12 минут, в зависимости от их величины. После того как они всплывут, огонь надо убавить. Когда пельмени (вареники) всплывают, это еще не значит, что они готовы. Они должны вариться по крайней мере треть того времени, какое необходимо для полной готовности, – обычно 3–5 минут. Затем надо осторожно выловить пельмени или вареники большой ложкой с дырочками или шумовкой, сложить в кастрюлю или сотейник, дать сойти лишней воде, слить ее и только затем распределить по порциям.

• Хороший кулинар обязательно убедится, что пельмени (вареники) «отбросили» лишнюю воду, сцедит ее, да еще слегка

подсушит их, поместив в сотейник на пару минут на огонь. К подсушенной поверхности теста масло и сметана не только пристанут, но и впитаются в нее.

• Сваренные пельмени не хранят в воде: они раскисают.

• Пельмени не слипнутся, если их сразу после отваривания заправить маслом.

• Бораки (армянские пельмени) отличаются тем, что остаются открытыми сверху и имеют форму стаканчиков. Их ставят вертикально прижатыми друг к другу в кастрюлю, куда наливают немного кипятка, смешанного с небольшим количеством масла, чтобы бораки не слиплись при отваривании. Они дольше отвариваются, чем другие тестяные изделия, поэтому их иногда после варки поджаривают.

• Перед тем как делать вареники, творог надо положить на холод на 2 часа.

• Творог для вареников можно предварительно проварить в кипятке, тщательно отжать, а затем добавить сырые яичные желтки.

• Вишню для вареников нужно освободить от косточек, засыпать сахаром и тщательно отцедить образовавшийся сок.

• У хорошо проваренных вареников тестяная оболочка крепкая, хорошо проваренная и нежная.

• Пельмени и вареники приобретут особый вкус, если их после варки слегка обжарить.

Лапша, галушки, клецки

• Домашнюю лапшу можно, отварив наполовину в воде, доваривать в молоке, а затем добавлять не только масло, сметану, но и тертый сыр.

• Хинкал (лапша – Дагестан, Северный Кавказ) отваривают не в воде, а в мясном бульоне.

• Галушки и клецки опускают в крутой кипяток, а вынимают, когда они всплывают.

Хлеб

• Не носите хлеб из магазина незавернутым – в руках, сетке, в сумке с другими продуктами: на него вместе с пылью и грязью могут попасть болезнетворные микробы и яйца глистов. Для хлеба нужно иметь специальные мешки из полиэтилена или из легко стирающейся ткани, желательно светлой, чтобы легче было заметить, когда она загрязнится.

• Если появляются сомнения в чистоте хлеба, прогрейте его в

духовом шкафу или на плите в сковороде, закрыв миской. Обжигать хлеб над пламенем газовой горелки нельзя.

• Хотите освежить вчерашний хлеб? Положите его в кастрюлю, прикройте полотенцем и подержите 10 минут над миской с кипящей водой.

• Для того чтобы освежить черствый хлеб, разогрейте его в духовке 5–7 минут при температуре 180 ˚С.

• Черствый хлеб можно освежить, если опустить его на минуту в воду, а еще лучше в молоко, а потом поместить в горячий духовой шкаф. Так же можно освежить черствое печенье, булочки и вообще изделия из теста.

• Черствый хлеб можно сделать мягким, если завернуть его на 5 минут во влажное полотенце, затем развернуть и поставить на 15–20 минут в не очень горячий духовой шкаф.

• Булочки и коржики можно освежить, если положить их на противень, сбрызнуть водой и поставить на несколько минут в горячий духовой шкаф или положить в специальную посуду (сбрызнув водой), накрыть крышкой и поставить в микроволновую печь на 20–30 секунд.

• Хлеб после замораживания должен полежать при комнатной температуре около часа. Можно завернуть замороженный хлеб в фольгу, оставив в ней вверху отверстие для выпуска пара и поставить в духовку на 20 минут при температуре 150 ˚С.

• Из черствого хлеба можно сделать пудинг, тосты, крутоны или панировочные сухари.

• Остатки черствого хлеба и булок можно использовать для приготовления котлет и гренок. Нарезанный мелкими ломтиками хлеб подают в мясном соусе с жарким из говядины или жареным гуляшом из свинины.

• Из излишков хлеба можно приготовить хлебные крошки. Их можно хранить в полиэтиленовом пакете в холодильнике около недели. Они используются для пудингов, горячей яблочной шарлотки и т. д.

• Хлебная корка удобоваримее мякиша, потому что крахмал в ней немножко видоизменился. Черствый хлеб поэтому полезнее, чем свежий, только что испеченный.

• Свежую булку или хлеб легко нарезать тоненькими ломтиками, если перед тем, как резать, каждый раз обмакивать нож в кипяток.

• Охлажденный хлеб лучше режется.

• Бутерброды можно подать на закуску, на завтрак и на неофициальный ужин.

• Если вы делаете сразу несколько бутербродов, положите куски хлеба в ряд, намажьте их соусом, сверху положите начинку.

• Для того чтобы бутерброды оставались свежими, заверните их в прозрачную пленку, вощеную бумагу, фольгу или положите в полиэтиленовый пакет сразу после приготовления.

• Лук, нарезанные помидоры или огурцы могут намочить хлеб, поэтому не кладите эти продукты на бутерброд сразу, а заверните отдельно и положите на хлеб перед подачей на стол.

• Не держите более 2 часов при комнатной температуре бутерброды с мясом, курицей, рыбой и яйцами, чтобы в бутербродах не появились вредоносные бактерии.

• На большой вечеринке можно подать огромное разнообразие открытых горячих и холодных бутербродов. Их можно подавать как основное блюдо с мясом и грибами, с баклажанами и сыром, с копченым лососем и укропом.

• «Сэндвичи героя» – берут белый хлеб с хрустящей корочкой или булку, разрезают пополам и начиняют разнообразными начинками. Начинки для такого сэндвича могут быть горячими и холодными. Холодные сэндвичи удобно брать на пикник.

• Сэндвичи к чаю – это изящные маленькие кусочки хлеба без корочки, наполненные острыми или сладкими начинками, которые можно съесть за два укуса. Они прекрасно подходят для холодного фуршета или послеобеденного чая. Их можно приготовить заранее и поставить в холодильник.

• Клубные (двойные) сэндвичи состоят из трех кусков хлеба или тостов, что позволяет наполнить их максимальным количеством начинки. Если вам покажется, что держать в руках такой сэндвич трудно, проткните его палочками для коктейля, и тогда начинка не развалится.

МОЛОКО, МОЛОЧНОКИСЛЫЕ ПРОДУКТЫ

Молоко

• Хорошее жирное молоко тяжелее воды, поэтому капля его тонет.

• Если хорошим, жирным молоком капнуть на ноготь, то форма капли почти не изменится. Капля молока, разбавленного водой, расплывется.

• Хорошее молоко густое, чисто-белого цвета, а разбавленное – жидкое, с голубоватым оттенком.

• Молоко, надоенное утром, питательнее, чем надоенное в другие часы, и лучше сохраняется.

• Молоко, купленное в герметической упаковке, можно не кипятить. Молоко из фляг, цистерн или купленное на рынке следует немедленно прокипятить, быстро охладить и хранить в охлажденном виде.

• Кипятить молоко желательно в кастрюле с толстым дном (эмалированной, огнеупорной, глиняной или фаянсовой), чтобы оно не пригорало.

• Для молока желательно иметь отдельную кастрюлю, потому что оно легко впитывает различные запахи и привкусы. Поэтому не рекомендуется держать открытое молоко возле сыра, брынзы, солений и т. д.

• Не следует долго держать молоко в алюминиевой кастрюле – оно приобретет неприятный вкус.

• Чтобы молоко не пригорело, ополосните кастрюлю холодной водой.

• Если при кипячении в молоко добавить немного сахара, оно не пригорит и дольше сохранится.

• Молоко следует кипятить на сильном огне.

• При длительном кипячении резко снижается питательная ценность молока.

• Чтобы молоко не выкипало, на дно кастрюли кладут фарфоровый кружок. Если кружка нет, можно края посуды смазать жиром.

• Чтобы при кипячении молока на его поверхности не образовалась пленка, нужно все время его помешивать, а как только закипит – быстро охладить.

• Молоко следует доводить до кипения дважды. Чтобы избежать вторичного загрязнения, молоко лучше оставить в той же кастрюле и сразу же накрыть крышкой. Если все же

приходится переливать молоко, то предпочтительнее в стеклянную или фарфоровую посуду, конечно, абсолютно чистую и с крышкой.

• Накрывать крышкой только что вскипевшее молоко не следует: оно приобретает неприятный запах. Молоко нужно остудить, а затем накрывать.

• Если молоко подгорело, его не следует размешивать ложкой, а надо слить в кастрюлю, смоченную холодной водой, довести до кипения, несколько раз процедить через плотную ткань, каждый раз тщательно промывая ее горячей водой, затем снова довести молоко до кипения.

• Можно в молоко, которое подгорело, добавить немного соли, быстро охладить и осторожно слить в другую посуду.

• Молоко – скоропортящийся продукт. Если кипяченое молоко оставить открытым, да еще в тепле, оно очень быстро прогоркнет. Употреблять такое молоко опасно.

• Чтобы проверить, не испортилось ли кипяченое молоко, надо вскипятить небольшое его количество, например, в столовой ложке. Если молоко не свернулось, значит, оно доброкачественно.

• Если молоко свернулось, не выливайте его, а используйте для приготовления дрожжевого теста.

• Из обыкновенного молока можно приготовить улучшенное «густое». Налейте молоко в алюминиевую кастрюлю – низкую и широкую, поставьте на слабый огонь и оставьте на 3–4 часа без крышки, за это время его объем уменьшится на треть и оно приобретет приятный вкус.

• Налейте молоко в глиняный горшок, накройте крышкой и поставьте в духовой шкаф на слабый огонь. Через некоторое время оно приобретет особый, «топленый» вкус, станет темно-кремовым и убавится в объеме, но меньше, чем «густое» молоко.

• Топленое молоко можно приготовить не только в духовом шкафу, но и в обычном термосе. Только что закипевшее молоко влейте в ополоснутый горячей водой термос и закройте крышкой. Через 6–7 часов молоко станет розовым и ароматным.

• Сухое молоко перед употреблением следует просеять. Обычно в стакан насыпают 5 чайных ложек сухого молока, добавляют немного теплой воды и тщательно размешивают. Постепенно, при помешивании, добавляют воду до наполнения стакана. Затем вливают в кастрюлю и доводят до кипения.

• Сухое молоко полностью сохраняет ценные питательные вещества. Уменьшается только содержание витамина С.

• Консервную банку со сгущенным молоком рекомендуется открывать следующим образом: в крышке пробить в двух противоположных концах отверстия. Молоко будет свободно

вытекать из банки, а при хранении не будет разлагаться и окисляться, так как защищено от света.

• Молоко рекомендуется пить небольшими глотками, заедая булкой или хлебом. Если молоко выпить залпом, оно свернется в желудке и затруднит пищеварение, особенно у взрослых и непривычных к молоку людей.

Молочнокислые продукты

• Молочнокислые продукты готовят в стеклянной или эмалированной посуде.

• Сливки нужно пить в умеренном количестве, так как они могут вызвать расстройство кишечника, а при длительном и регулярном потреблении стать причиной ожирения.

• Если сливки кисловатые, то, чтобы они не свернулись при кипячении, нужно на 0,5 л сливок добавить 2 чайные ложки соды и размешать.

• Если вам необходимы сливки с большей жирностью, то этого можно добиться, выпаривая их на водяной бане.

• Свежие сливки хорошо взбиваются, если их сутки выдержать в холодильнике.

• При использовании сливок в блюдах сливки можно заменить несладким сгущенным молоком.

• Простокваша, кефир, ацидофилин, целиком сохраняя питательную ценность молока, превосходят его легкостью усвояемости. Уже через час после еды молоко усваивается на 32 %, а кисломолочные продукты – на 91 %.

• Свежая простокваша имеет приятный кисловатый вкус, загустевает плотным студнем, от которого не отделяется сыворотка. Цвет ее белый и слегка желтоватый.

• Для приготовления простокваши оставлять молоко в тепле не следует. Этот «самоквас» может быть источником заболевания, потому что одновременно с молочнокислыми бактериями нередко развиваются и болезнетворные микробы.

• Заквашивать пастеризованное, стерилизованное или кипяченое молоко надо сметаной (1 чайная ложка на 1 стакан молока), кефиром или специальными закваскими. Обилие молочнокислых бактерий, внесенных в молоко, будет препятствовать развитию других микробов.

• Для быстрого получения кислого молока положите в свежее молоко хлебную корку или налейте немного уксуса (можно лимонного сока) и подогрейте.

• Чтобы получить простоквашу, закипятите молоко, охладите его до температуры 30 °С, добавьте сметану из расчета 0,5

стакана на 1 л молока, хорошо перемешайте, накройте посуду крышкой и поставьте в теплую воду на 6–8 часов, при этом температура воды должна быть постоянной. Готовую простоквашу охладите до 10 °С.

• Ряженку готовят так же, как и простоквашу, но из топленого молока. Теплое топленое молоко (35–37 °С) заквасьте сметаной из расчета 1 стакан на 1 л топленого молока и выдержите на водяной бане 3–5 часов. Готовую ряженку охладите.

• Если горячее топленое молоко заправить густыми свежими сливками из расчета 0,5–1 стакан сливок на 1 л молока, то получится сладкий молочный напиток под названием «сибирский варенец».

• Для приготовления кефира молоко закипятите, дайте ему остыть и добавьте закваску (1–2 столовые ложки кефира или 1 кефирную таблетку на стакан молока). При комнатной температуре молоко скисает в течение 10–12 часов.

• Сметана хорошего качества имеет однородную густую консистенцию, белый или желтоватый цвет, кисловатый вкус. Перемерзшая и оттаявшая сметана становится невкусной, комковатой и выделяет сыворотку.

• Несвежая сметана горчит, имеет затхлый запах, дает отстой.

• Сметану можно приготовить в домашних условиях. Для этого в сливки нужно внести специальную закваску или сметану хорошего качества и дать отстояться при комнатной температуре. Когда сливки скиснут, их надо поставить на холод и при температуре 5–8 °С выдержать в течение 24–28 часов, после чего сметана готова.

• Можно приготовить сметану в домашних условиях и без «созревания». Для этого в охлажденные сливки надо добавить лимонную кислоту и раствор агара или желатина. Сливки загустеют, станут кислыми на вкус и после охлаждения будут по виду и вкусу похожи на сметану. Такая сметана не обладает диетическими свойствами, но вполне может быть использована в салатах, борщах и супах.

• Сметана будет лучше взбиваться, если в нее добавить немного сырого яичного белка и взбивать в охлажденной посуде.

• Для свежего творога характерен белый или слегка желтоватый цвет, приятный кисловатый запах и вкус. Хороший творог не слишком сухой, не комковатый, но и не слишком влажный, не перенасыщен сывороткой.

• Недоброкачественный творог пахнет плесенью, неприятен на вкус, ослизлый.

• При изготовлении творога посуду с простоквашей или кефиром поставьте на водяную баню и прогрейте до отделения

молочной сыворотки. Следите за тем, чтобы кефир или простокваша не перегрелись, так как творог может получиться жестким. После отделения сыворотки смесь перелейте в марлевый или полотняный мешочек, завяжите его и подвесьте на 6–8 часов.

• Творог можно приготовить также из смеси простокваши или кефира со свежим молоком или сливками. В этом случае кефир или простоквашу влейте в кипящее молоко и поставьте на огонь на 1–2 минуты. Такой творог будет более нежным и менее кислым.

• Творог, приготовленный из сырого молока, не следует употреблять в пищу без предварительной тепловой обработки, так как в нем могут быть вредные для здоровья микроорганизмы.

• Если творог жидкий, заверните его в марлю, сложенную вдвое или втрое, сожмите в комок, концы марли закрутите, положите творог на доску, сверху прикройте другой доской и держите под прессом 2–3 часа. Таким способом можно уменьшить кислоту в твороге.

• Если творог очень кислый или затвердел, смешайте его с таким же количеством свежего молока и оставьте на час. Затем, откинув на марлю, положенную на сито или дуршлаг, дайте стечь молоку и кладите под пресс. Творог станет некислым и нежным.

• Перед приготовлением блюда из творога творог нужно предварительно отжать, так как под влиянием повышенной температуры входящие в состав творога белки свертываются и выделяется сыворотка.

• Для придания кушаньям из творога более нежного и мягкого вкуса творог пропускают через мясорубку или протирают через сито.

• Когда дома делают творог, остается зеленоватая сыворотка. Это не отходы, а полезная жидкость. В ней содержатся полноценные белки (альбумин и глобулин), а также минеральные соли, молочная кислота, водорастворимые витамины. Витамина B_2, например, в сыворотке почти столько же, сколько в цельном молоке. Выливать сыворотку не следует, ее можно использовать для приготовления теста, киселей, желе, пить как квас.

• Творог для сырковой массы обязательно должен быть жирным, сахарная пудра – просеянной через сито, сливочное масло – свежим.

• Творожную массу, приготовленную без сахара, можно подать с тмином (3 г тмина на 1 кг творога).

• Нежирный творог целесообразно использовать для приготовления сырников, запеканок.

• Нежелательно готовить сырники из кислого творога. Нельзя

добавлять в сырники крахмал, так как они от этого твердеют.

• При изготовлении сырников часть муки можно заменить манной крупой. Но мука все же лучше манной крупы – сырники получатся нежными и пышными.

• Сковороду смазывают жиром и разогревают, но не сильно – сырники могут сразу подгореть. Чтобы сырники хорошо прожарились, нужно их обжарить с одной стороны, а затем, перевернув, накрыть крышкой, все время следя за их жаркой.

• Сырники подают со сметаной, растопленным сливочным маслом, вареньем, сладким соусом, посыпают сахаром.

• Запеканки могут готовится как на сладкой, так и соленой основе. С крупами запеканку делают преимущественно сладкой, а с овощами, макаронными изделиями – соленой.

• Чтобы не получить жидкую запеканку, ее надо ставить в еще не горячий духовой шкаф.

• Если творожная запеканка подгорела, то нужно осторожно снять подгоревшую корочку, посыпать сахарным песком, прижечь ее раскаленной лопаткой или ножом (чтобы сахар стал золотистым) и поставить запеканку в духовой шкаф на 2–3 минуты.

• В творожный пудинг вместо муки можно всыпать манную крупу или молотые пшеничные сухари.

• В творожную массу и некоторые творожные блюда для аромата добавляют ванилин и цедру.

• Чтобы ванилин равномернее распределился в творожной массе, его надо растворить в небольшом количестве горячей воды.

• Если сваренные для пробы ленивые вареники расплываются, значит, творог был влажным или очень жирным. Это можно исправить, добавив муки или манной крупы.

• Запеканку из творога едят в холодном и горячем виде. Для горячей запеканки сметану можно подать отдельно.

• При соединении протертого картофеля или густой манной каши с творогом они должны быть охлаждены до 30 °С.

• Брынза хороша и для бутерброда, и как питательная добавка к овощным и мучным блюдам. Если брынзу не вымачивали, то блюда, в которые она добавляется, не следует солить.

• Чтобы брынза приобрела особенно приятный вкус, ее нужно вымачивать в холодной воде 1–2 дня.

• Если брынза приобрела неприятный запах, снимите с нее верхний слой, вытрите брынзу намоченной в уксусе тканью, хорошо вымойте посуду, в которой она находилась, вновь уложите брынзу в посуду и залейте свежим рассолом.

• Чтобы уменьшить соленость брынзы, нарежьте ее

небольшими кусочками и погрузите в кипяченую воду или молоко комнатной температуры; выдержите так в течение 12 часов.

• Заливать брынзу кипятком ни в коем случае не следует, так как при этом теряется жир, свертывается белок, плохо выводится соль, уменьшается питательная ценность брынзы, ухудшается ее вкус.

• Выбирая твердые или полутвердые сыры, не берите таких, у которых на поверхности маленькие капельки влаги, и сыров с сухой потрескавшейся коркой. Если возможно, сначала сыр попробуйте.

• Не покупайте сыр с запахом аммиака. Проверяйте сыры, завернутые в бумагу. Мокрые и клейкие не берите.

• Полумягкие и мягкие сыры должны пружинить от прикосновения и быть мягкими в центре. Белая корка должна быть ровной по цвету и слегка влажной.

• Перед подачей на стол большинство охлажденных сыров нужно подержать при комнатной температуре примерно час, только тогда они обретут свой истинный запах и вкус. Белые сыры – домашний, косичка и т. д. – нужно есть охлажденными.

• Сыр нарезают тонкими ломтиками не раньше чем за час до подачи к столу. Если нарезанный сыр будет долго лежать, он обветрится, подсохнет и станет невкусным.

• Твердый сыр долго не высохнет, если положить его в закрытую посуду с несколькими кусочками сахара.

• Если сыр высох в холодильнике, натрите его и используйте в горячем блюде.

• Замороженный сыр может потерять влагу и раскрошиться – тогда также используйте его в горячем блюде.

• Подсохший сыр становится снова мягким и свежим, если его ненадолго положить в молоко.

• Чтобы сыр и брынза оставались свежими, их надо подержать в закрытой посуде, куда следует положить кусочек сахара.

• Для предохранения сыра и брынзы от высыхания их надо завернуть в чистую ткань, смоченную в соленой воде.

• Мелко натертые сыры используют для блюд из макаронных изделий. Лучше всего подходят твердые сыры, потому что покрывают макароны ровным слоем.

• Крупно натертые сыры добавляют в салаты, начинки и соусы.

• Сырная стружка – толстые завитки твердых сыров – добавляет блюду остроту и особый аромат. Ее можно получить с помощью овощерезки.

• При нарезке мягких сыров нож следует смачивать горячей

водой.

• Сыр можно подавать как второе, горячее блюдо. Для этого ломтики сыра (70–100 г) смочите в яйце, запанируйте в сухарях и обжарьте. Он хорошо сочетается с жареным картофелем.

• При нагревании сыр быстро плавится. Чтобы блюдо получилось, сыр надо готовить быстро и на маленьком огне.

• Даже если вы собираетесь расплавить сыр, натрите его или нарежьте кусочками.

• Легче натереть холодный сыр, поэтому мягкий сыр положите на 30 минут в морозильную камеру.

• Добавляйте сыр в соусы лишь в конце готовки и нагревайте до тех пор, пока он не расплавится и не смешается с другими ингредиентами. Не перегревайте, не то соус станет тягучим.

• Если вы собираетесь еще раз нагреть сыр, делайте это на водяной бане.

• Блюда, которые вы готовите на плите, посыпайте сыром, когда они будут полностью готовы. При этом снимите блюдо с огня, посыпьте сыром и накройте крышкой. Жар от пищи расплавит сыр.

• Если вы хотите зажарить сыр в гриле, держите его на расстоянии 8–10 см от огня, пока он не растопится.

ЯЙЦА

• Не покупайте яиц грязных, треснувших и подтекающих. Переверните каждое яйцо в ячейке, чтобы удостовериться, что оно не прилипло ко дну.

• Чтобы установить, нет ли на скорлупе яйца трещин, возьмите два яйца и слегка стукните их одно о другое. Если звук чистый – скорлупа целая, если глухой – на ней имеется трещина.

• Цвет скорлупы – белый или коричневый – обусловлен породой курицы и ее пищей и никак не влияет на вкус, питательную ценность или способ приготовления.

• Конечная дата употребления напечатана на коробке из-под яиц, и вы легко можете удостовериться в их свежести. Иногда эта дата отпечатана на самом яйце.

• Чтобы проверить свежесть яйца, его нужно опустить в соленую воду (100 г соли на 1 л воды). Свежие яйца опускаются на дно или становятся вертикально, а старые всплывают на поверхность.

• Качество яйца можно проверить, осмотрев его на свет. Внутри испорченных яиц видны темные пятна.

• Яйца, хранившиеся в извести, определяют по негладкой скорлупе и следам извести, которые они оставляют на руке. Для того чтобы эти яйца не лопались во время варки, их протыкают с тупой стороны иголкой.

• Еще один способ проверки яйца на свежесть. Разбейте яйцо в блюдце. У свежего яйца круглый желток и густой прозрачный белок.

• На скорлупе яйца могут быть микробы, поэтому, прежде чем разбить яйцо, вымойте его в холодной воде с добавлением небольшого количества соды.

• Внимание! Бактерия Salmonella enteriditis может вызвать заболевания кишечника и даже смерть. Ее изредка обнаруживают в сырых яйцах даже с неповрежденной скорлупой. Риск заболевания невелик, но лучше сырые яйца и блюда из них (майонез, муссы) маленьким детям, беременным женщинам и тем, у кого иммунная система ослаблена, не есть.

• Разбивая яйца или отделяя белок от желтка, постарайтесь сделать так, чтобы внутренность не коснулась внешней стороны скорлупы, на которой могут оказаться бактерии. Мойте руки после соприкосновения их с внешней стороной яйца!

• Когда яйца подвергаются тепловой обработке при температуре 60 °С в сочетании с другими ингредиентами или отдельно, все вредоносные бактерии уничтожаются.

• Яичные белки твердеют и схватываются при температуре 71 ˚С, а желтки становятся густыми и схватываются при температуре 63 ˚С.

• Яйца можно считать безопасными после того, как белки схватились, а желтки начинают твердеть, но могут в центре оставаться жидкими.

• Пятнышко крови в желтке вовсе не знак того, что яйцо испорчено, а наоборот, может служить признаком свежести. Просто при зарождении и формировании яйца кровеносный сосуд прорвался на поверхность. Кровянистое пятнышко можно вынуть кончиком ножа.

• Замерзшие яйца размораживают в холодной подсоленной воде.

• Гусиные и утиные яйца часто содержат вредные микробы, поэтому употреблять их в пищу можно только вареными, а также для приготовления теста. Эти яйца варят 10 минут в кипящей воде.

• Для жарки и панирования лучше использовать только свежие яйца, так как они сохраняют свою форму.

• Лежалое яйцо лучше использовать для приготовления омлетов и изделий из дрожжевого, песочного и блинного теста.

• Не следует разбивать яйца над яичной массой или другими приготовленными продуктами, так как некоторые из яиц могут оказаться испорченными. Разбивать надо каждое яйцо в отдельную посуду и только после проверки их можно слить в одну общую посуду.

• Если вы собираетесь запекать блюдо с использованием яиц, выньте их за 30 минут до начала приготовления из холодильника или положите в миску с теплой водой (но не горячей) на 5 минут. Яйца комнатной температуры лучше взбиваются, становятся больше в объеме, поэтому суфле и пироги будут воздушнее. В то же время у холодных яиц желтки лучше отделяются от белков. Поэтому для всех других рецептов яйца, вынутые из холодильника, можно использовать сразу.

• Существует несколько способов отделения белков от желтков. Легче сепарировать (отделять) охлажденные яйца. В этом случае плотный желток не затечет в белок.

Первый способ. Отделите желток от белка, используя половинку скорлупы как совок. Резко ударьте по краю миски, чтобы скорлупа раскололась. Большими пальцами аккуратно разломите скорлупу вдоль трещины, при этом часть белка выльется в миску. Перекладывайте желток из одной половинки скорлупы в другую до тех пор, пока весь белок не вытечет в миску.

Второй способ. Вылейте яйцо в бумажную воронку с отверстием. Белок постепенно вытечет в стакан, а желток останется.

Третий способ. Если вам нужен только белок, а желток вы хотите сохранить на несколько дней, проткните яйцо толстой иглой с противоположных концов – белок вытечет, а желток останется в скорлупе.

Ручной способ. Разбейте яйцо в мисочку, потом руками выньте его и держите, пока весь белок не вытечет между пальцами и в руках останется только желток.

• Следите, чтобы в белки, предназначенные для взбивания, не попали желтки – они затрудняют его.

• Отделять белок каждого яйца надо отдельно и каждый раз над отдельной миской (яйцо может оказаться тухлым или разольется желток).

• Яичный желток закреплен в белке толстыми альбуминовыми нитями. Эти нити следует отцедить и добавить в белок, потому что они помогают стабилизировать пену. Чтобы разбить альбуминовые нити, нужно вылить белок через мелкое сито в миску и то, что осталось на сите, протереть.

• Освободить белок полностью от скорлупы можно чистым пальцем.

• Нельзя взбивать белки в эмалированной посуде, так как кусочек эмали может попасть в пищу; алюминиевая посуда придает белку серый цвет. Лучше взбивать в стеклянной или фарфоровой посуде.

• Посуду, в которой взбиваете белки, тщательно вымойте, а потом протрите бумагой, чтобы убрать все следы жира. Белок с капельками жира не взбивается. Внутренние стенки посуды рекомендуется протереть лимоном – это облегчит процесс взбивания и сделает массу пышной.

• Если вы используете заранее приготовленные белки и не помните, сколько яичных белков вы хранили, то можно подсчитать: 4 яичных белка примерно равны 150 г.

• Чтобы белки легко взбивались в крепкую пену, яйца следует предварительно охладить на льду, в холодной воде или в холодильнике.

• Посуда, в которой взбивают белки, должна быть холодной. Взбивать белки нужно перед самым приготовлением блюда (взбитые белки довольно быстро опадают).

• Правильно взбитые белки увеличиваются в объеме в 5–6 раз.

• Прибавлять к белкам жир, сливки и молоко до взбивания не рекомендуется.

• Для приготовления блюд со взбитыми белками нужны очень

свежие яйца. Белки старых яиц взбиваются плохо.

• Чтобы взбить белок долго хранившегося яйца, необходимо влить в него 0,5 чайной ложки холодной воды.

• Если яйца не совсем свежие, обязательно добавьте в сбиваемые белки несколько капель лимонной кислоты.

• При взбивании белков желательно меньше задевать венчиком края посуды. Перед взбиванием белки надо растрясти: приподняв их на венчике, несколько раз ударить ею о край посуды. Взбивание начинают медленно, со дна миски вверх, а затем постепенно ускоряют темп. Чтобы получить большой объем, пользуйтесь венчиком с крупными кольцами.

• Если взбиваете миксером, начинайте взбивание медленно, чтобы разбить белки, а по мере их загустевания увеличивайте скорость. При добавлении щепотки соли белки легче взбиваются.

• Сахарная пудра или сахарный песок, введенные в конце взбивания белков, препятствуют их створаживанию и улучшают структуру белковой массы.

• Хорошо взбитые белки должны держаться на венчике, не спадая с него.

• Если при взбивании яичных белков с сахаром масса осела и стала жидкой, то можно добавить лимонную кислоту, правда, изделия будут менее пышными, но зато очень белыми, с гладкой поверхностью.

• Если белки плохо взбиваются, прибавьте несколько капель лимонной кислоты или щепотку мелкой соли.

• Если яичные белки недостаточно хорошо взбиты, в них образуются крупные пузырьки воздуха. Пузырьки разрушаются при размешивании теста, и изделия получаются плотными.

• В излишне взбитых белках образуются мелкие пузырьки с очень тонкими стенками. При нагревании в духовке эти пузырьки лопаются, и изделия оседают.

• Чтобы спасти слишком взбитые белки, отделите часть из них в маленькую мисочку и смешайте с одним не взбитым белком. Добавьте эту смесь к уже взбитым белкам и продолжайте взбивать еще 30 секунд.

• Взбитые белки вводят в другие продукты, а не наоборот (кроме суфле – именно в белки вливают горячий сироп или фруктовое пюре).

• Соединять взбитые белки с другими продуктами нужно постепенно, осторожно размешивать снизу вверх, а не круговыми движениями, чтобы белки не осели.

• Вводить яичные белки в пудинг лучше в два приема: вначале массу смешивают с четвертью взбитых белков, а потом добавляют остальные, осторожно перемешивая снизу вверх.

• Желтки быстрее растираются с сахаром, если они теплые.

• При растирании желтка с сахаром нельзя сыпать сахар в желток, нужно постепенно вливать желток в сахар.

• Чтобы хорошо растереть желтки с сахаром, выливайте желтки в сахар не все сразу, а по одному.

• Растирать желтки с сахаром лучше всего в фарфоровой или фаянсовой посуде.

• Смеси, в состав которых введен сырой желток, нагревать выше 80 °С не рекомендуется, так как содержащиеся в желтке белки свертываются и смесь получается неоднородной.

• Желтки станут пышными и яркими, если в них добавить щепотку соли.

• Если яичные желтки не нужны вам тотчас же, после того, как вы отделили их от белков, залейте желтки водой и поставьте в холодильник – они могут пригодиться для домашнего майонеза, белого соуса, или супа, или крема, или для того, чтобы добавить к яичному порошку.

• Высохший белок или желток можно освежить, если залить на 12 часов холодной водой. Они снова становятся пригодными для приготовления пищи.

• Столовая ложка яичного порошка, смешанная с 2 столовыми ложками воды, заменяет одно яйцо.

• При растворении яичного порошка образуются комки. Чтобы избежать этого, порошок просеивают, тщательно растирают в небольшом количестве воды, а затем добавляют воду и оставляют на 25–30 минут для набухания (на 100 г яичного порошка берут 300–350 г воды). После этого смесь взбивают веничком и используют вместо свежих яиц.

• Для приготовления яичной смеси для смазывания кондитерских изделий нужно смешать 1 яичный желток с 1 столовой ложкой воды и щепоткой соли. Взбивайте вилкой до однородной массы. Наносите смесь на выпечку перед выпеканием.

• Если яйца хранились в холодильнике, то при варке скорлупа может лопнуть. Чтобы этого не произошло, воду следует посолить. В таком случае, даже если скорлупа лопнет, то белок не вытечет. Но лучше всего используйте яйца, доведенные до комнатной температуры.

• Яйца при варке не трескаются, если на дно кастрюли положить перевернутое блюдце или проткнуть их иголкой с тупого конца.

• Яйцо с трещиной не вытечет, если варить его в очень соленой воде или трещину смазать уксусом или лимонной кислотой. Трещину нужно потереть лимоном, осторожно опустить

в очень горячую, но не кипящую воду и варить до готовности.

• Надбитые яйца можно варить в подсоленной воде, завернув их в пергаментную бумагу.

• Некоторые повара кладут яйца в холодную воду; другие – в горячую. Приведенный здесь способ предпочтителен для точного определения времени варки: яйца всмятку – положите яйца в кастрюлю с несильно кипящей подсоленной водой; начните отсчет времени с того момента, когда вода снова закипит; варите яйца на медленном огне 3–4 минуты; яйца вкрутую – варите яйца на медленном огне 6–10 минут; потом переложите в холодную воду, чтобы не появился серый налет вокруг желтка.

• Если яйца опустить в кипяток и варить на сильном огне, то белок окажется жестким. Если же опустить яйца в холодную воду и варить на сильном огне, то желток будет тверже белка. Поэтому рекомендуется варить яйца на умеренном огне.

• Яйца, сваренные «в мешочек», немедленно после варки погружают в холодную воду, чтобы они не переварились.

• Сваренное всмятку яйцо будет и через несколько дней свежим и вкусным, если его перед едой еще раз опустить в кипяток на 15–20 секунд.

• Чтобы в яйцах, сваренных вкрутую, не образовалась темная прослойка между белком и желтком, варите их лишь 5 минут, а затем на 8 минут оставьте в горячей воде.

• Чтобы на яйцах после варки не образовались темные круги, слейте кипящую воду, немедленно разбейте скорлупу яиц и поставьте яйца под проточную холодную воду, пока они не остынут.

• Яйца, сваренные вкрутую или «в мешочек», после варки погружают в холодную воду (предварительно надколов скорлупу), чтобы их легче было очистить от скорлупы.

• Вареное яйцо можно легко отличить от сырого, не разбивая скорлупы. Первое, если его повертеть на столе, будет вращаться, а второе, сделав один-два оборота, остановится.

• Для варки яиц без скорлупы нужны очень свежие яйца и мелкая широкая кастрюля. Варите не более 4 яиц одновременно. В воду нужно добавить уксус и соль из расчета соответственно 50 и 10 г на 1 л воды, довести до кипения, размешать, чтобы в центре посуды образовалась воронка, в которую выпускают яйца. После свертывания их вынимают специальной ложкой (шумовкой).

• Можно также в кипящую несоленую воду добавить 1 столовую ложку уксуса и веточку эстрагона, выключить конфорку, влить яйца в воду и кастрюлю накрыть крышкой. Через 3 минуты яйца можно вынуть шумовкой.

• Секрет приготовления идеально мягкой яичницы-болтуньи заключается в том, что ее готовят на медленном огне, постоянно помешивая. Никогда не пытайтесь ускорить приготовление яичницы-болтуньи, иначе она окажется жесткой и «резиновой». На 2 порции возьмите 4 яйца, 2 столовые ложки сливок или молока, соль по вкусу. Взбивайте смесь в течение 1 минуты. Растопите сливочное масло (чтобы покрылось дно сковородки), когда масло начнет пениться, влейте яичную смесь. Постоянно помешивайте деревянной ложкой на медленном огне 5–8 минут, а затем мешайте еще 1–2 минуты, сняв яичницу с огня. Подавайте сразу же.

• Для приготовления вкусного омлета требуется прежде всего тяжелая сковорода с ровным дном. В ней нельзя готовить другие блюда, нельзя ее мыть. Чтобы очистить сковороду, достаточно ее, еще горячую, протереть тампоном из чистой бумаги с небольшим количеством крупной соли и слегка смазать маслом для предотвращения появления ржавчины.

• Продукты для омлетов смешивают с взбитыми яйцами непосредственно перед приготовлением.

• Омлет из яиц будет пышнее, если влить в массу столько чайных ложек воды или молока, из скольких яиц его готовят.

• Молоко для омлетов, как исключение, можно заменить охлажденной кипяченой водой или некрепким куриным бульоном.

• Омлет и яичницу следует жарить в небольшом количестве жира и на слабом огне.

• Если при приготовлении омлета яйца помешивать вилкой от краев к середине сковороды, то он получится более пышным.

• Мясо для омлета с мясными продуктами предварительно отваривают или обжаривают. Цветную капусту, морковь и зеленый горошек для фарша готовят отдельно.

• Фарш кладут на середину уже загустевшего омлета горячим, после чего тонким ножом закрывают его с обеих сторон краями омлета, чтобы по форме получился пирожок. Затем нужно переложить омлет на подогретую тарелку и полить растопленным маслом.

• Перед подачей к столу запеченный омлет необходимо нарезать на порции прямо на сковороде.

• Для яичницы-глазуньи следует употреблять яйца абсолютно свежие, так как малейший привкус лежалости в этих изделиях ощущается очень сильно. Готовить эти блюда желательно на специальной сковороде с углублениями.

• Перед жаркой яичницы сковороду хорошо нагрейте и протрите, но не мойте.

• Сливочное масло придаст яичнице особо тонкий аромат.

• Яичница будет красивее, вкуснее и питательнее, если посыпать ее мелко нарезанным зеленым луком.

• Для приготовления яичницы и омлета с колбасными изделиями копченые колбасы использовать не рекомендуется, так как они содержат мало влаги и после обжаривания становятся жесткими.

• Нередко для приготовления теста требуются только желтки. Из оставшихся белков можно приготовить яичницу. Следует слегка поджарить нарезанный кружочками лук, на кончике ножа добавить измельченные дрожжи и вылить на сковородку белки. Жарят яичницу при постоянном помешивании.

• Из белков можно приготовить впрок так называемый «искусственный рис». Белки выливают в миску, добавляют картофельной муки, чтобы получилась вязкая масса, и пропускают это «тесто» через дуршлаг над листом чистой бумаги так, чтобы получился равномерный слой. Когда он подсохнет, его ссыпают в баночку и хранят как крупу. Используют для приготовления супов или отваривают как макароны и подают с мясом и овощами – подсоленным; с соком, сметаной или вареньем – подслащенным.

ОВОЩИ, ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

Овощи

• Наиболее вкусные и свежие овощи в своем сезоне.

• Выбирайте плотные овощи с яркой окраской, без пятен и увядших листьев.

• По мере возможности избегайте покупать овощи в упаковке, поскольку в этом случае их качество определить сложнее.

• Покупая мороженые овощи, выбирайте целые, не порванные упаковки, содержимое которых представляет собой не единый блок, что может означать, что овощи были размморожены и затем заморожены повторно (за исключением таких овощей, как шпинат, которые замораживаются одним блоком).

• Выбирайте банки с консервированными овощами без вмятин или других повреждений.

• Прогрейте овощи в жидкости, которая находилась в банках, чтобы они стали горячими, слейте жидкость перед подачей на стол.

• Если поместить неочищенные овощи и зелень на 1 час в холодную воду, то этим снизится концентрация нитратов в них (нитраты относятся к водорастворимым соединениям).

• Овощи рекомендуется перебрать (зеленый лук, шпинат, щавель, зеленый салат, лук-порей, ботву), отделить корни, грубые стебли, пожелтевшие листья, обмыть и после этого уже чистить ножом из нержавеющей стали или овощечисткой, которая примерно на 20 % уменьшает отходы и потерю питательных веществ.

• Не мойте овощи до тех пор, пока не соберетесь их готовить.

• Овощи и зелень мыть только в холодной воде! Овощи надо отмыть не только от почвы, но и от невидимых глазом удобрений и ядохимикатов. Все корнеплоды, если они не из вашего огорода, нужно помыть, затем тонко срезать верхний слой кожицы и снова промыть.

• Нередко в овощи заползают насекомые. Перед началом приготовления подержите овощи 5–8 минут в сильно подсоленной воде – насекомые всплывут.

• Не мойте овощи крученой пластиковой или металлической мочалкой, поскольку кусочки мочалки могут отломаться, застрять в корнеплоде, и вы не заметите, как они попадут в еду.

• При обработке овощей, особенно картофеля, следует пользоваться ножом из нержавеющей стали, так как витамин С от

прикосновения с железом разрушается.

• Овощи, содержащие крахмал, нельзя держать очищенными на воздухе, так как они темнеют. Опустите их на короткое время в холодную воду.

• При чистке овощей нужно снимать очень тонкий слой кожуры. Чем толще удаляемый при очистке слой клубня, тем больше потери питательных веществ – белков, крахмала, минеральных солей.

• Овощной сок не окрасит руки, если смочить их уксусом и, не вытирая, дать им просохнуть. Можно во время чистки периодически ополаскивать руки в подкисленной уксусом воде.

• Окрашенные овощами руки можно очистить кусочком лимона, ревенем или пемзой.

• Содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы, витамин С легко растворяются в воде, поэтому очищенные овощи не рекомендуется на длительный срок оставлять в воде.

• Овощи после очистки надо сразу подвергать тепловой обработке, так как при хранении разрушается витамин С.

• При необходимости очищенные овощи накройте влажной салфеткой или положите в кастрюлю и поставьте в прохладное место.

• Такие овощи, как артишоки и корневой сельдерей, на срезе быстро темнеют. Используйте нож из нержавеющей стали и протрите срезы половинкой лимона. Можно сразу же поместить подготовленные овощи в емкость с подкисленной водой (на 1 л воды – 3 столовые ложки лимонного сока).

• Для того чтобы вернуть к жизни увядшие нарезанные овощи или слегка поникшую зелень, замочите их в ледяной воде с добавлением на 1 л 2 столовые ложки уксуса на 15 минут.

• Неиспользованные в процессе приготовления, вымытые и очищенные овощи, зелень и коренья не поленитесь мелко нарезать и посушить в духовке или на батарее. Они пригодятся для первых блюд, когда под рукой у вас не будет свежей зелени.

• Свежие овощи не нуждаются в большом количестве приправ, поэтому в овощные сырые блюда не следует класть много пряностей.

• Если овощи горчат, то: свежую капусту надо бланшировать или ошпарить кипятком; квашеную капусту – прокипятить 2–3 минуты, а затем откинуть на дуршлаг; репчатый лук недолго подержать в холодной воде; сырую брюкву и репу – ошпарить кипятком; сладкий перец – подержать 2–3 минуты в подсоленном кипятке.

• Мелкие молодые овощи, такие как фасоль, свекла, брокколи, морковь, кукуруза, баклажаны, картофель и патиссоны,

или собраны задолго до созревания, или представляют собой специально выведенный миниатюрный сорт. Они мягкие и нежные на вкус, их можно есть в сыром виде, можно варить или жарить. Жарят их в небольшом количестве масла, чтобы усилить их вкус. Готовятся они быстрее, чем более крупные овощи, – за 3–4 минуты.

• Нельзя варить вместе свеклу, репу, морковь, картофель: они потеряют не только свой цвет, но и вкус.

• От моркови и свеклы будет меньше отходов, если варить их не очищая, а чистить после варки теплыми.

• Для сохранения цвета овощей в воду, в которой они варятся, можно добавить немного соды (0,5 чайной ложки на 1 кг овощей).

• Овощи становятся значительно мягче и приятнее на вкус, если их варить в подслащенной воде, – нужно добавить пару кусочков сахара-рафинада.

• Для холодных блюд картофель, морковь и свеклу лучше варить в кожуре – при этом уменьшаются потери питательных веществ.

• При варке овощей, зелени, фруктов заливать их надо обязательно кипящей водой, чтобы полнее сохранить их естественный вкус, цвет, аромат и пищевую ценность. Варить овощи нужно в закрытой посуде на умеренном огне.

• Варите овощи в небольшом количестве воды – она должна лишь покрывать их.

• Овощи, за исключением свеклы, моркови и зеленого горошка, варят в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды). При этом сохраняется их цвет.

• Свекла, морковь и зеленый горошек без соли сварятся быстрее.

• При приготовлении блюд из овощей и зелени надо стремиться использовать минимальное количество соли.

• Если пересолены корнеплоды (картофель, морковь, свекла, брюква и т. д.), то единственным выходом из положения может быть превращение их в пюре и смешивание с равным количеством пюре из несоленых корнеплодов. В более легких случаях пересол может быть исправлен добавлением в соленое пюре муки, яиц (лучше взбитые белки), сметаны, жиров. Таким образом, пересол овощей неизбежно ведет к изменению формы и характера блюда.

• Пересоленные овощи можно залить кипятком, довести до кипения, подержать в отваре 2–3 минуты, а затем слить.

• Чем крупнее нарезаны овощи, тем меньше питательных веществ они теряют при варке.

• Кислота задерживает варку овощей, поэтому уксус, лимонную кислоту, томат добавляют только в конце варки.

• Варка овощей в микроволновой печи. Возьмите форму для микроволновой печи, влейте чуть воды (можно без нее), добавьте соль, накройте крышкой или полиэтиленовой пленкой, отогнув пленку назад на 6 мм с одного угла, чтобы дать выход пару. Готовьте 6–8 минут. Во время приготовления переверните 1–2 раза. Овощи продолжают вариться некоторое время после того, как вы достанете их из печки. Дайте им постоять 2 минуты.

• Свежезамороженные овощи (зеленый горошек, набор овощей для борща и другие) опускайте, не размораживая, в кипящую воду. Этим вы сохраните вкусовые и питательные качества овощей. Процесс бланширования и заморозки, применяемый производителями, несколько размягчает овощи, поэтому готовятся они быстрее.

• Сушеные овощи следует промыть, на несколько часов замочить в воде, а затем в ней же и варить.

• Сваренные овощи нельзя надолго оставлять в отваре: они потемнеют, станут водянистыми и менее вкусными.

• После варки большинство овощей сразу же откидывают на дуршлаг, чтобы вкус их не ухудшился. Цветную капусту, артишоки и спаржу можно хранить в отваре.

• Вареные овощи легче очистить от кожицы, пока они не остыли, и отходов в этом случае меньше.

• Вода, в которой варились овощи и зелень, содержит много питательных веществ, поэтому, если отвар не имеет неприятного привкуса, его используют для приготовления супов и соусов.

• Овощи хорошо припускать или варить на пару. В этом случае лучше сохраняются питательные вещества.

• Рекомендуется припускать овощи в небольшом количестве растительного масла, так как эфирные масла, содержащиеся в овощах, растворяются в жире, и поэтому овощи становятся вкуснее и ароматнее.

• В собственном соку можно припускать тыкву, помидоры, кабачки (они легко выделяют влагу). А к свекле, капусте и моркови надо добавить жидкость и жир (на 1 кг овощей в среднем 2 л воды или бульона и от 20 до 50 г жира).

• Свеклу и морковь припускают с добавлением жира и жидкости: на 1 кг овощей примерно 0,2 л воды или бульона и 30–50 г жира.

• Чем мельче и тоньше нарезаны овощи, особенно морковь, тем больше ароматических и красящих веществ они выделяют при тушении.

• Шпинат и щавель припускать вместе нельзя.

• Если припущенные овощи заправляют соусом, то их надо предварительно нагреть до кипения.

• Лук, морковь, корень петрушки и сельдерея сохранят свой аромат, если их предварительно спассеровать.

• Овощи для пассерования нарезают по возможности мельче (особенно морковь) – ароматические и красящие вещества полнее перейдут в жир.

• Для жарки овощей лучше использовать сковородки из нержавеющей стали и чугуна: на алюминиевых овощи легко подгорают.

• Капусту и другие овощи, которые теряют жидкость при жарке, лучше предварительно слегка отварить.

• Морковь и лук подрумянятся лучше, если их слегка посыпать сахаром.

• Перед жаркой овощные котлеты необходимо обвалять в панировке (свежемолотых белых сухарях или измельченных крекерах).

• Овощи и овощные котлеты при жарке поглощают много жира, поэтому вначале кладут половину жира, поджаривают с одной стороны, переворачивают, подливают остальной жир и поджаривают с другой стороны.

• Все корнеплоды (картофель, морковь, свекла, брюква, репа, редька) и не корнеплоды (кольраби, цветная капуста, помидоры, баклажаны, сладкие перцы, репчатый лук) можно запекать. Кожу с запекаемых овощей не срезают. Их лишь тщательно моют, а затем обязательно вытирают и кладут в духовой шкаф сухими. Запекать лучше всего на решетке, но можно и на противне. Температура духового шкафа – не ниже 250 °С.

• Запеченные корнеплоды перед употреблением надо обязательно очистить от запекшейся корочки, а некорнеплодные овощи готовы для еды сразу же после запекания.

• Вкус всех запеченных овощей значительно отличается от отварных. Они суше, душистее, с привкусом запеченного в них овощного сока. Их используют обычно в салатах, винегретах, где они улучшают закуски в целом. Но для гарниров к рыбе, мясу лучше брать отварные овощи: они не забивают аромат и вкус основного блюда.

• Перед тушением овощи слегка обжаривают до образования румяной корочки.

• Некоторые овощи легко теряют влагу – кабачки, тыква, помидоры и др., поэтому их тушат без жидкости в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель

• Какой бы сорт вы ни решили приобрести, выбирайте сухие,

гладкие картофелины без ростков. Не берите картофель с зелеными участками, которые появляются в результате продолжительного пребывания на солнце, поскольку они имеют горький вкус.

• Наименьшее количество отходов дает картофель правильной округлой формы с незначительным количеством неглубоко сидящих глазков. Лучше всего варятся клубни средней величины.

• Позеленевшие и проросшие клубни картофеля употреблять в пищу не рекомендуется. Если вы очищаете старый картофель, то обязательно срезайте зеленые участки и ростки.

• К середине весны в старом картофеле под кожурой накапливается вредное вещество – соланин. Поэтому срезайте кожуру картофеля потолще.

• Старый картофель нужно варить только очищенным.

• Чтобы на старом картофеле при варке не появились синие пятна, в воду нужно влить немного уксуса.

• Молодой картофель легче очистится, если его ненадолго положить сначала в горячую воду, а потом в холодную. Можно также опустить в подсоленную холодную воду на 10–15 минут.

• Руки перед чисткой картофеля рекомендуется смочить уксусом и высушить, тогда они не потемнеют.

• Молодой картофель хорошо очистится, если его положить в мешочек с крупной солью, завязать и покатать по столу.

• Из молодого картофеля пюре получается невкусным. Из него не надо варить суп. Его лучше отварить целиком и подать с маслом или со сметаной.

• Подмороженный картофель для жарки во фритюре не годится, так как он быстро потемнеет и будет невкусным.

• Сладкий привкус слегка подмороженного картофеля может исчезнуть, если 5–7 дней подержать его в темном месте при температуре 18–20 °С.

• Чтобы подмороженный картофель не имел неприятного вкуса, его нужно на минуту опустить в холодную воду, а потом сварить в кипятке, добавив по чайной ложке соли и уксуса.

• Для варки и жарки нужно брать картофель среднего размера, для измельчения на терке – крупный. Для салата картофель нужно варить неочищенным.

• Чтобы отварить или приготовить картофель на пару – почистите его щеткой, по возможности оставьте кожуру или снимите ее тонким слоем, вырезая глазки. Оставьте картофелины целыми или нарежьте на крупные куски.

• В картофеле, сваренном «в мундире», лучше сохраняются витамины. Его используют для приготовления винегретов,

салатов, холодных соусов и просто как второе блюдо.

• Картофель «в мундире» солите в начале варки, тогда он не разварится.

• Уксус, добавленный при варке картофеля «в мундире», не позволяет кожице лопаться. Можно также при варке добавить в воду 1–2 чайные ложки капустного или огуречного рассола или варить картофель на пару.

• Чтобы картофель для винегрета не разварился, его следует залить горячей водой, прибавить соль (10 г на 1 л воды), быстро довести до кипения и варить 15–20 минут при слабом и непрерывном кипении; затем воду слить, оставив немного на дне, накрыть кастрюлю крышкой и доварить картофель на пару.

• Картофель, сваренный «в мундире», легко очистится, если сразу после варки облить его холодной водой.

• Очищенные клубни картофеля от соприкосновения с воздухом темнеют, поэтому, очистив, их следует немедленно погружать в холодную воду.

• Картофель в воде не должен долго находиться (клубни грубеют и плохо развариваются). Если вы оставили на некоторое время картофель в воде, то клубни должны быть целыми (из ломтиков быстро «вымываются» крахмал и витамин С).

• Чтобы натертый сырой картофель не потемнел, надо отделить сок и влить в него немного холодного молока.

• Картофель, варившийся без кожуры, будет особенно белым, если его подкислить лимонным соком.

• Если очищенный картофель подержать под сильной струей холодной воды, он сварится быстрее и станет рассыпчатым.

• Очищенный картофель нужно варить в подсоленной воде в закрытой посуде на умеренном огне. Если огонь слишком сильный, клубни снаружи разварятся и лопнут, а внутри останутся сырыми.

• Очищенный картофель быстрее сварится и будет вкуснее, если добавить в воду 1 столовую ложку маргарина или несколько капель подсолнечного масла.

• Устранить неприятный запах при варке очищенного картофеля можно, добавив в воду лавровый лист и 2–3 горошины черного перца.

• Если картофель начинает развариваться, добавьте в кастрюлю немного холодной воды либо огуречного или капустного рассола. Можно также после закипания через несколько минут почти всю воду слить и картофель доварить на пару, плотно закрыв кастрюлю крышкой.

• Вареный картофель для гарнира останется светлым, если в воду, в которой он варится, добавить немного уксуса. Картофель

в таком случае не разварится и будет вкуснее.

• Отварной картофель будет вкуснее, если добавить в воду 3–4 дольки чеснока, небольшую луковицу или немного укропа.

• Картофель в молоке готовят незадолго до подачи к столу, так как при длительном хранении вкус его ухудшается.

• Картофельное пюре будет вкуснее, если картофель варить на пару.

• Чтобы пюре было пышным, в него добавляют масло и, постепенно подливая, кипящее молоко, а затем взбивают (от холодного молока пюре приобретает серый цвет).

• Пюре будет значительно вкуснее, если готовить его из подсушенного отварного картофеля. Из картофеля, протертого с отваром, пюре получится не таким белым и пышным. Перед окончанием варки картофеля полностью слить отвар, на дно кастрюли положить немного жира, накрыть крышкой и поставить на 2–3 минуты на слабый огонь. Протирать картофель нужно горячим, иначе пюре получится вязким и тягучим.

• Чтобы картофельное пюре получилось гладким и без комков, добавьте в него немного сливочного масла, яичный отварной желток и взбейте.

• Пюре из старого картофеля будет вкусным и воздушным, если добавить в него взбитый белок.

• Картофельное пюре для сохранности можно залить растопленным маслом, на нем не образуется корочка.

• Из холодного отварного картофеля можно приготовить пюре. Для этого нужно залить картофель кипятком и подержать на огне 5–6 минут, пока он не прогреется. Затем слить воду, размять, добавить горячее молоко и сливочное масло. Можно также из холодного молока приготовить картофельные котлеты.

• Чтобы раскатать клейкое картофельное пюре, доску и скалку нужно смазать растительным маслом.

• Отварной картофель, а также картофельное пюре через 1,5–2 часа хранения в горячем виде приобретают красновато-желтый цвет, запах и вкус их ухудшается.

• В отварном картофеле сохраняется больше витаминов, чем в жареном.

• Нарезанный сырой картофель перед обжариванием надо тщательно промыть холодной водой, чтобы удалить с поверхности крахмальные зерна, иначе при обжаривании ломтики склеятся между собой и прилипнут ко дну. Затем их нужно тщательно обсушить на салфетке – это ускорит образование корочки, жир будет меньше разбрызгиваться, кусочки равномерно обжарятся.

• Чтобы картофель не зажарился слишком быстро,

используйте тяжелую сковороду с толстым дном.

• Чтобы поджарить картофель быстрее, опустите его предварительно на несколько минут в горячую воду.

• Если картофель жарят в небольшом количестве жира, лучше его солить, когда ломтики подрумянятся со всех сторон. В этом случае он получается сочнее и вкуснее. Если посолить сырой картофель, сок из него вытечет, смешается с жиром, ломтики картофеля потеряют форму, цвет и вкус.

• Чтобы картофель равномерно поджарился, его нужно укладывать на сковороду слоем не более 3 см. Переворачивать можно, только когда снизу появилась корочка.

• Если жарят картофель с луком, то лук пассеруют и кладут в картофель лишь в конце жарки.

• Если картофель прожарился не полностью, поставьте его на несколько минут в горячий духовой шкаф.

• При жарке картофеля во фритюре посуду следует наполнять жиром только на половину емкости, так как жир сильно пенится.

• Чтобы картофель получился воздушным, ломтики его нужно на 2–3 минуты опустить в разогретый жир, не допуская образования румяной корочки, вынуть и опустить в еще более разогретый жир.

• Чтобы картофелю фри придать более нежный вкус, надо его перед обжариванием на 2–3 минуты положить в соленую кипящую воду, затем откинуть на сито, обсушить и лишь потом положить в кипящий жир.

• Картофель, жаренный во фритюре, солят уже готовым.

• Когда готовите картофельные чипсы, поджаривайте их в большом количестве жира до золотистого цвета. Снимите чипсы со сковороды и выложите их на бумагу, чтобы высох весь жир. Затем переложите на свежую бумагу и еще подсушите. Тогда чипсы получатся хрустящими и красивыми.

• Картофель, испеченный в духовом шкафу или в золе, более питательный, чем жареный.

• Перед тем, как печь картофель в духовом шкафу, нужно наколоть его вилкой, чтобы клубни не полопались.

• Если хотите испечь картофель в духовке, смажьте его растительным маслом, тогда картофель станет мягче и не сморщится.

• Чтобы картофель приобрел золотистый цвет, смажьте его взбитым яйцом перед тем, как поместить в духовой шкаф. Если у вас нет яиц, можно использовать молоко, но цвет будет менее золотистым.

• Картофель можно печь не только на противне. С обратной стороны терки на расстоянии 4–5 см один от другого воткните

клинышки из твердого дерева. Наколите на эти «шипы» несколько картофелин средней величины и поставьте терку в нагретый духовой шкаф. Через 30–40 минут кушанье будет готово.

• Чтобы приготовить печеный картофель «в мундире», вымойте и высушите картофелины равных размеров. Сделайте отверстия (наколите) в нескольких местах и смажьте растительным маслом. Поместите на противень и запекайте в духовом шкафу при высокой температуре. При подаче сделайте на каждой картофелине сверху перекрестный разрез, раскройте края разреза и поместите внутрь кусочек сливочного масла.

• Печеный картофель подают к столу горячим, целыми клубнями с кожурой. Его можно есть с маслом, квашеными или маринованными овощами, зеленым салатом, овощной икрой, сельдью.

• Чтобы использовать картофель для верхнего слоя жаркого, необходимо его подготовить: очистить, нарезать на тонкие кружочки, опустить в кипяток на несколько минут, слить воду, выложить сверху на жаркое таким образом, чтобы кружочки частично перекрывали друг друга, смазать жиром или растительным маслом и поставить в духовой шкаф.

• Крокеты из картофеля и овощей следует опускать только в горячий жир, иначе они раскрошатся.

• Картофельную массу для крокетов нельзя разводить ни водой, ни молоком: у крокетов будет слабая консистенция и при тепловой обработке они могут деформироваться.

• В массу для картофельных котлет можно добавить сырой и пассерованный репчатый лук.

• Картофельные котлеты будут гораздо вкуснее, если в массу положить желтки.

• Картофельные котлеты будут вкуснее, если приготовить их из смеси сырого и вареного картофеля.

• Картофельные котлеты станут пышнее, если добавить в них чуточку питьевой соды или разрыхлителя и жарить их на сковороде с антипригарным покрытием с небольшим добавлением жира.

• Панируя картофельные котлеты, следите, чтобы панировка не закатывалась в изделия, иначе при жарке они развалятся.

• Картофельная запеканка или рулет будут иметь красивую поверхность, если перед запеканием смазать их яйцом, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром.

• Если зубком чеснока протереть дно и стенки посуды, в котором вы будете запекать картофель, то вкус запеканки будет иметь своеобразный оттенок.

• Повторный разогрев пищи нежелателен, особенно портится

при этом картофель. Если же разогрев неизбежен, старайтесь разогреть пищу без добавления масла и воды. Лучше всего – ставьте картофель на «водяную баню» и разогревайте его не перемешивая.

• Можно в домашних условиях приготовить крахмал. Натрите очищенный картофель на мелкой терке и переложите на густое сито. Под сито поставьте миску, чтобы в нее стекал сок с крахмалом. Оставшуюся мезгу промойте и отожмите в ту же миску (из мезги можно приготовить картофельные оладьи). После оседания крахмала в миске слейте воду и залейте крахмал чистой водой. Эту процедуру повторите несколько раз, после этого крахмал высушите.

Капуста

• Кочанная капуста (зеленая, красная, савойская) – из всех видов такой капусты наиболее мягкий вкус имеет савойская.

Покупайте кочаны, которые кажутся слишком тяжелыми для своего размера, со свежими листьями, на которых нет коричневых пятен. Несмотря на то что, скорее всего, внешние листья вы выбросите, они защищают сердцевину, поэтому выбирайте кочаны, у которых внешние листья не удалены.

• Наружные листья капусты содержат больше витаминов, чем внутренние. Поэтому не выбрасывайте их, а обдайте кипятком, нарежьте и используйте для первых блюд, салатов или капустных котлет.

• Наиболее вкусна капуста, имеющая круглые или плоские плотные, тяжелые кочаны с белыми сочными листьями и неглубоко проникающей кочерыжкой.

• Капуста часто бывает червивой. Поэтому перед употреблением подержите ее 20–30 минут в холодной соленой воде. Можно добавить еще уксус или лимонную кислоту. После этого капусту промойте.

• Ранние сорта капусты быстро портятся, однако витаминов в них больше, чем у поздних. Раннюю капусту используют в сыром виде для салатов.

• Ранняя белокочанная капуста имеет горьковатый привкус. Ее надо на 2–3 минуты положить в кипяток.

• Краснокочанную капусту в сыром виде используют для салатов, а маринованную и тушеную – для гарниров. Маринованная краснокочанная капуста – очень вкусный, пикантный гарнир к мясным блюдам.

• Краснокочанная капуста станет мягче, если ее ошпарить кипятком, перетереть с солью, промыть холодной водой и дать ей

стечь.

• Краснокочанную капусту можно нарезать после того, как руки смазали растительным маслом, – они не будут окрашиваться.

• Очень кислую квашеную капусту следует промывать холодной, а не теплой водой, так как вместе с кислотой из нее вымывается большое количество растворимых питательных и вкусовых веществ. После промывания – отжать.

• Капуста, квашенная целыми кочанами, становится нежной и упругой, а рассол ее приятным для питья, если между рядами кочанов насыпать по горсти толченой кукурузы.

• Квасить капусту можно и летом. Для этого нашинкуйте ее, положите в банку, посолите и залейте горячей водой. Сверху положите кусочек хлеба, смоченный несколькими каплями уксуса, и накройте.

• Квашеную капусту отжимают от рассола перед самым использованием, чтобы не разрушался витамин С.

• Капустный рассол имеет много витаминов, поэтому его не стоит выливать. Его можно использовать для приготовления блюд.

• Чтобы нарезать капусту, нужно сначала разрезать ее пополам, удалить твердую сердцевину из каждой половинки, положить половинки срезом на доску и резать вдоль, полосками толщиной 2 см, плотно придерживая капусту, затем – поперек.

• Отваривать и тушить капусту лучше в эмалированной посуде на сильном, а затем слабом огне. Если варить в алюминиевой кастрюле, капуста может изменить цвет.

• Ранняя капуста имеет меньший срок варки, поэтому, готовя суп, ее следует закладывать после того, как будет положен картофель.

• Неприятный запах варящейся капусты исчезнет, если в кастрюлю положить ломоть белого хлеба или накрыть ее куском чистой ткани, смоченной уксусом, а затем крышкой.

• Щи из кислой капусты надо солить уже после того, как капуста сварилась, иначе их можно пересолить.

• Чтобы быстро остудить капусту, кочан погружают в холодную воду.

• Если капуста горчит, то залейте на 3–5 минут кипятком, слейте, а потом тушите.

• Чтобы капуста не стала излишне мягкой, а была упругой, нужно тушить ее с уксусом или томатами (можно заменить сметаной).

• Если тушат капусту со шпиком или копченой грудинкой, то их сначала обжаривают и кладут в начале тушения вместо жира.

• Капуста будет вкуснее, если ее тушить с нашинкованными соломкой кислыми яблоками.

• Квашеную капусту для суточных щей следует тушить до тех пор, пока она не станет совсем мягкой, а на вкус сладковатой.

• Квашеную капусту можно подавать вместо овощей с любым видом сосисок, телятины, свинины или ветчины. Чтобы придать ей более приятный вкус, немного поварите ее в небольшом количестве бульона или белого вина.

• Капусту нежелательно жарить сырой. Ее нарезают кубиками, затем припускают в подсоленной воде или бульоне (200–250 г соли на 1 кг капусты) до полуготовности в плотно закрытой посуде.

• При жарке капусты необходимо сковороду закрывать крышкой, иначе капуста будет сухой и невкусной.

• Капусту для фарша солите после остывания, так как в горячей капусте выделится много жидкости и фарш будет очень влажным.

• Готовя капустные и морковные котлеты, биточки, можно для укрепления массы ввести в нее густой молочный соус.

• Для приготовления сочных и острых капустных котлет добавьте в них мелко нарезанные и слегка припущенные в масле кислые яблоки (антоновка).

• Если вы хотите приготовить голубцы, надо отварить целые капустные листья. Листья красной капусты будут готовы через 8–10 минут, белокочанной – через 3–4 минуты, а китайской – через 2–3 минуты. Откиньте листья на дуршлаг.

• Голубцы будут вкуснее, если их приготовить заранее за 2–3 дня. Их можно заморозить и хранить в морозильной камере 1 месяц.

• Жарить голубцы лучше в духовке, а не на сковороде, а при тушении надо наливать немного жидкости, тогда голубцы не будут водянистыми.

• К голубцам можно подавать картофельные оладьи или картофельное пюре.

• Свежую капусту для начинки пирогов обдайте кипятком, нарежьте кубиками, посолите и через 10 минут отожмите для удаления горечи.

• Если свежую капусту используют для солянки, то в сковороду, где тушат капусту, надо добавить уксус – без него капуста будет слишком мягкая.

• В салат из квашеной капусты вместо яблок можно положить мандарины или апельсины.

• Покупая цветную капусту, выбирайте плотные кочаны, которые кажутся слишком тяжелыми для своего размера.

Обратите внимание на то, чтобы соцветия были плотно прижаты друг к другу и на них не было пятен; листья должны быть свежими и зелеными. Размер кочана на качество не влияет.

• В пищу лучше употреблять белые головки цветной капусты, так как серые и зеленые имеют горьковатый вкус. Уберите внешние листья и стебель, срежьте темные пятна, если они есть. Промойте капусту. Оставьте кочан целым, вырезав из центра конус, чтобы удалить кочерыжку, или разберите на соцветия.

• Цветную капусту нельзя держать на свету: она темнеет и ухудшается вкус.

• Рыхлые кочаны цветной капусты лучше использовать для приготовления супов, а плотные – для вторых блюд.

• Цветную капусту перед приготовлением надо опустить в подсоленную воду, чтобы вылезли насекомые.

• Чтобы предотвратить появление пятен, положите подготовленную капусту для варки в миску, залейте холодной водой и добавьте в нее лимонный сок или уксус.

• Цветную капусту варите в эмалированной посуде, чтобы она сохранила витамины и цвет.

• Если цветную капусту подержать перед варкой в слегка подкисленной уксусом или лимонной кислотой холодной воде, затем переложить в подсоленную кипящую воду и варить в открытой посуде при сильном кипении, то она сохранит белый цвет.

• Цветная капуста также останется белой, если в воду при варке влить немного концентрированного молока.

• Во время варки цветной капусты в кастрюлю можно добавить лавровый лист. Он поможет слегка притупить запах цветной капусты.

• Маленькие кочешки вареной цветной капусты можно окрасить свекольным отваром, в который добавлен уксус. Такая капуста придаст блюду красивый вид и разнообразит гарнир.

• Цветную капусту хорошо тушить в молоке, она будет особенно вкусной.

• Цветная капуста считается готовой, если нож свободно входит в кочерыжку.

• Цветную капусту для холодных закусок охлаждайте в отваре.

• Для жарки цветную капусту разбирают на кочешки, варят до полуготовности в подсоленной воде (чтобы капуста не разварилась, воду можно подкислить), вынимают, подсушивают, обмакивают в тертых сухарях, а затем во взбитом яйце и потом жарят.

• Брокколи – родственница капусты и репы, но не имеет

характеристик ни одной из них. Съедобно все растение целиком; имеет приятно-горький вкус. В продаже имеется круглый год.

• Выбирайте брокколи с плотными, закрытыми соцветиями без признаков пожелтения или цветения. Берите ту брокколи, у которой крепкие черешки и свежие темно-зеленые листья.

• Толстый стебель (срежьте ножом жесткую волокнистую кожуру стебля до сочной мякоти) и соцветия брокколи нужно нарезать на кусочки примерно одинакового размера.

• Варить брокколи нужно в большом количестве соленой воды, в кастрюле без крышки, тогда она станет очень нежного вкуса и яркого цвета (на 500 г брокколи – 4 л воды и 45 г соли). Класть брокколи нужно в кипящую воду. Соцветия варятся 2–4 минуты, а целый кочан 6–8 минут.

• Брюссельская капуста – это малюсенькие, сочные, ярко-зеленые кочанчики. Выбирайте плотные, без желтизны и пятен.

• Перед готовкой капусту нужно промыть, подсушить и для быстрого приготовления сделать ножом надрез внизу каждого кочана в форме буквы «Х». От этого капуста будет вариться быстро и равномерно. Класть капусту нужно в большое количество соленой кипящей воды. Варить без крышки (на 500 г капусты – 4 л воды и 45 г соли). Целые кочаны сварятся через 6–12 минут, половинки кочанов – через 4–6 минут. Откинув на дуршлаг, можно вновь положить в кастрюлю и осушить на сильном огне, встряхивая в течение 30–60 секунд.

• Для того чтобы поджарить брюссельскую капусту, ее сначала нужно отварить (см. выше) до полуготовности, откинуть на дуршлаг и перемешать с оливковым маслом, солью и черным молотым перцем. Затем смазать противень растительным маслом, разложить на нем половинки капусты разрезанной стороной вниз. Жарить минут двадцать, пока кочаны не станут снизу золотистыми.

• Китайская капуста больше похожа на салат латук. Она имеет вытянутую форму и бледно-зеленые листья, кудрявые на кончиках. Выбирайте жесткие плотные листья и свежесрубленную кочерыжку.

• Кольраби – бледно-зеленый или пурпурный шар, напоминающий шишковатую бледно-зеленую свеклу, у которой наверху листовые побеги. Кольраби является гибридом капусты и турнепса. Плод имеет вкус турнепса, а листья – шпината. Выбирайте мелкие, тяжелые плоды с темно-зелеными листьями; более крупные могут быть жесткими. Перед употреблением всегда очищайте от кожуры. Кольраби можно использовать для тушения, в овощные супы и салаты.

Морковь, свекла, топинамбур (земляная груша)

• Покупайте плотные, ровные корнеплоды моркови без царапин и пятен. Мелкая морковь великолепно выглядит на блюде, но спелая, более крупная, темно-оранжевая морковь слаще и содержит больше витаминов.

• Морковь с толстым и коротким корнеплодом используют для приготовления салатов, соусов, маринадов.

• Наиболее сочна и ароматна морковь с длинными корнеплодами. Из нее готовят сок, кладут ее в салаты, используют в качестве гарнира, при квашении и маринировании.

• Морковь должна быть однородного цвета – позеленевшая часть горчит.

• Морковь с длинными корнеплодами требует продолжительной тепловой обработки. Ее лучше тушить, готовить из нее запеканки, котлеты, пудинги.

• Снимая кожицу со старой моркови, не очень усердствуйте: ценные питательные вещества находятся прямо под кожицей, поэтому чем тоньше слой вы будете срезать, тем больше сохраните витаминов. С ранней моркови лучше кожицу не снимать, а лишь почистить тщательно щеткой и хорошо промыть.

• Позеленевшая головка моркови горчит, поэтому ее нужно удалять.

• Если вы готовите блюда из ранней моркови, то не снимайте с нее кожицу, а лишь хорошо очистите корнеплод щеткой и тщательно промойте.

• Очищенная морковь быстро вянет, поэтому держите ее во влажной салфетке (но не в воде).

• Если морковь заправить маслом или сметаной, организм усвоит почти 60 % содержащегося в ней каротина. Если не заправить – не более 6 %.

• При варке морковь опускайте в кипящую воду и варите под крышкой. Старайтесь морковь не переваривать, чтобы она не потеряла своих питательных и вкусовых качеств.

• Положив в воду, в которой варится морковь, два кусочка сахара, можно придать ей вкус только что сорванной моркови и сохранить цвет.

• Морковь хорошо подрумянится, если при обжаривании добавить в масло немного сахара.

• Морковь часто используют для подкрашивания супов. Содержащийся в ней каротин окрашивает жир, в котором обжаривается морковь, в оранжевые и янтарные тона.

• Свекла из всех овощей имеет самое высокое содержание сахара и содержит мало калорий. Выбирайте плотные,

неповрежденные, темно-красные корнеплоды от маленького до среднего размеров.

• У лучших сортов свеклы темная кожица и округлый или плоский корнеплод.

• У темной свеклы мякоть более нежная, у светлой – жесткая.

• Старая свекла вкуснее, а молодая содержит больше витаминов.

• Перед варкой отрежьте ботву, оставив на корнеплоде стебли длиной 2 см и сверху хвостик, затем почистите свеклу щеткой, но не снимайте с нее кожуру.

• Если вам нужно очистить сырую свеклу, то лучше чистить ее перед приготовлением – иначе она потемнеет.

• Очищая сырую свеклу от кожуры, нельзя срезать весь корешок до конца – больше вытечет сока.

• Красную столовую свеклу варят неочищенной, а сахарную очищенной, так как кожица придает ей горький привкус.

• Свеклу варят в небольшом количестве воды с добавлением небольшого количества уксуса и под крышкой – тогда она сохранит свой цвет. Уксус можно заменить лимонной кислотой или кислым квасом.

• Свеклу не рекомендуется варить в подсоленной воде: вкус ее ухудшится и она приобретет черный цвет.

• Молодую свеклу используют вместе с ботвой, которую нарезают и припускают отдельно. Листья должны быть зелеными и неповрежденными.

• Как известно, свекла варится очень долго, но можно этот процесс ускорить: варить 45–50 минут, а затем быстро охладить под струей холодной воды (10 минут).

• При длительной варке и тушении свекла из темно-красной становится буро-желтой. Уксус, кислый квас или лимонная кислота, добавленные в свеклу, помогают сохранить ее первоначальный цвет.

• Свеклу легче чистить, если, вынув ее из кипящей воды, погрузить в холодную.

• Чтобы борщ имел красный свекольный цвет, надо свеклу отварить целиком, очистить, нарезать или натереть на крупной терке, полить лимонным соком и посыпать сахарным песком, все перемешать и оставить на некоторое время. Затем положить в почти готовый кипящий борщ и проварить 1 минуту.

• Если у свеклы интенсивная окраска и ее нужно быстро сварить, то для борща свеклу можно очистить и нарезать сырой, а затем положить в кастрюлю и залить горячей водой так, чтобы она только закрывала свеклу. Варить нужно под крышкой, изредка помешивая и по необходимости подливая воду. Когда

свекла будет готова, вода должна выкипеть полностью. Затем в кастрюлю добавляют кислый продукт (томат, лимонная кислота, уксус), перемешивают и добавляют в борщ в конце варки.

• Свеклу с бледной окраской лучше варить целиком, добавив уксус, и лишь затем нарезать.

• Свеклу любого размера можно отварить на пару, запечь и приготовить в СВЧ.

• Свекольный отвар используют при варке борщей и супов, для заправки соусов, кваса и уксуса.

• Из свекольного отвара можно приготовить приятный освежающий напиток, добавив в него толченый имбирь, корицу и лимонную кислоту.

• Для приготовления блюд (салатов, винегретов, борщей и холодных супов) рекомендуется использовать печеную свеклу – в ней больше питательных веществ, чем в вареной.

• В блюда из свеклы можно добавить пряности.

• Топинамбур (земляная груша) – клубни с коричневой кожицей – являются родственниками подсолнечника. При покупке выбирайте крепкие клубни, без пятен порчи и мягких или зеленоватых участков.

• Перед использованием очистите их или поскребите щеточкой.

• Чтобы клубни не потемнели при чистке, положите их в холодную подкисленную воду (1 столовая ложка лимонного сока на 1 л воды).

• Хрустящие, с ореховым сладковатым вкусом, топинамбуры можно использовать в сыром (салатах), жареном или вареном виде.

Корневая петрушка, сельдерей, фенхель, пастернак, хрен

• Корневая петрушка, корневой сельдерей, пастернак (их называют белыми кореньями) содержат значительное количество ароматических веществ и при добавлении в пищу придают ей приятный запах, возбуждающий аппетит.

• Чем тоньше слой кожицы вы будете срезать с петрушки, сельдерея и пастернака, тем больше сохраните витаминов. Кожицу рекомендуется именно срезать, а не скоблить, так как в последнем случае корень темнеет.

• Корень петрушки для супа следует тонко нарезать, а не тереть на терке.

• Чтобы очищенные корни петрушки и сельдерея не потемнели и не потеряли вида, их следует натереть лимоном или

сбрызнуть уксусом.

• Чем мельче нарезаны корни сельдерея и петрушки, тем больше ароматических веществ они выделяют при тушении.

• Сырые корни петрушки и сельдерея для салата рекомендуется измельчить на терке.

• Корневая петрушка часто используется в супах и жарком. На вкус представляет собой сочетание моркови и сельдерея.

• При варке бульонов корень разрезают вдоль на две половины и подпекают в сковороде без жира, чтобы образовалась коричневая корочка. Такой корень придает бульону или супу особый цвет и аромат.

• Чаще всего корень петрушки пассеруют на жире и только потом добавляют во всевозможные супы и вторые блюда.

• Корневой сельдерей, также известный как корень сельдерея, – это ароматный шишкообразный корень, по вкусу похожий на гибрид листового сельдерея с пастернаком. Особенно корень сельдерея ценится в зимние месяцы. Лучшая структура у маленьких плотных корнеплодов. Мякоть крупных корнеплодов может быть деревянистой и жесткой. Для облегчения чистки выбирайте корнеплоды с меньшим количеством боковых корешков и шишек.

• Корень сельдерея можно есть в сыром и в вареном виде. Сельдерей тушат, жарят, делают салаты. Из сырых кочешков делают салаты, из тушеных – гарниры к мясным и рыбным блюдам.

• Чтобы придать бульону аромат, надо положить в него корни сельдерея, разрезанные на части и поджаренные с одной стороны без масла.

• Нарезанный корнеплод может потемнеть; для предотвращения этого процесса сбрызните его лимонным соком.

• Корневой сельдерей можно натереть на терке и заправить как салат, а также можно использовать в супах и тушеном виде.

• Корнеплоды при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде.

• Чем мельче нарезаны корни сельдерея, тем больше ароматических веществ они выделяют при тушении.

• Сельдерей черешковый имеет небольшой слабо развитый корень. Используйте его в салатах и в качестве приправы.

• Сельдерей листовой образует много листьев. Используйте его как приправу и добавляйте в соусы.

• Покупая сельдерей, выбирайте крепкий черешок со свежими листьями.

• Перед приготовлением сельдерея отрежьте черешки у основания, промойте, если необходимо – разрежьте каждый

черешок пополам.

• После термической обработки сельдерей превращается в прекрасный гарнир. Из обжаренных на сливочном масле сельдерея и пастернака, смешанных с обжаренными грецкими орехами, получается отличное зимнее соте.

• Родственник сельдерея, фенхель, известный как анис, имеет такую же хрустящую структуру, но отличается сладким анисовым вкусом.

• При покупке выбирайте плотные, без пятен, гладкие, беловато-зеленые луковицы без трещин. Луковицы, которые на макушке разваливаются в стороны, старые и жесткие. Листья должны быть свежими и перистыми.

• В пищу употребляются все части фенхеля начиная от луковицы и заканчивая похожими на сельдерей черешками и перистыми листьями (добавляются в салаты, могут использоваться в виде начинки для рыбы или для украшения блюда). Наиболее часто в пищу употребляют луковицу.

• Фенхель хорош как в сыром (тонко нарежьте и добавляйте его к салатам или свежим овощам), так и в тушеном, жареном и запеченном виде. Запекание фенхеля в духовке или тушение после предварительного обжаривания подчеркивает его сладость и приглушает слегка лакричный (солодковый) вкус.

• Перед приготовлением промойте луковицы фенхеля в холодной воде; срежьте перистые листья (в дальнейшем их можно использовать для приготовления приправы), а также жесткие или поменявшие цвет внешние черешки; срежьте основание. Разрежьте луковицы вдоль на 4 части.

• Пастернак имеется в продаже круглый год, наиболее популярен зимой. При покупке выбирайте крепкие, ровные корнеплоды среднего размера, без глубоких трещин. Крупные, старые овощи имеют более резкий вкус, чем молодые; у них также может быть деревянистая середина, которую перед приготовлением нужно вырезать.

• Корень у пастернака толстый, мясистый; его широко используют как в свежем, так и в сушеном виде. Применяется при консервировании, солении огурцов, его кладут в маринады.

• Нежная мякоть пастернака идеально подходит для блюд холодного времени года – пюре, супов, а сладкий ореховый вкус делает его прекрасным в рагу или в обжаренном виде в качестве гарнира.

• Хрен легко натереть, если его оставить на ночь в холодной воде.

Помидоры, огурцы, перец, баклажаны

• Крупные помидоры – самые сочные; желтые – менее кислые, чем красные, их можно смешивать с красными для придания блюду эффектности. Сливовые помидоры, толстые и мясистые, идеальны для консервирования и приготовления соусов.

• Выбирайте крепкие (но не жесткие), тяжелые помидоры с глубоко окрашенной кожей, без пятен порчи.

• Для консервирования наиболее пригодны мелкие помидоры.

• Чтобы лопнувший помидор не заплесневел, нужно густо посыпать трещинки крупной солью.

• Чтобы консервированные помидоры и томатная паста в открытой банке не заплесневели, их надо полить сверху растительным маслом и посыпать мелкой солью.

• Нарезать свежие помидоры следует очень острым ножом, тогда вытечет меньше сока.

• Свежие помидоры кладут в суп за 10 минут до готовности.

• Для фарширования и обжаривания берите твердые, не совсем созревшие помидоры средней величины.

• Жарить следует помидоры, у которых мало семян и много мякоти. Их режут пополам и кладут на сковороду с жиром сначала разрезом кверху, а когда одна сторона обжарится, переворачивают и жарят на слабом огне до готовности.

• Ломтики помидоров, посыпанные солью и мукой и обжаренные в растительном масле, подают к столу как самостоятельное блюдо и как гарнир.

• Кожуру с помидоров легко снять, если сделать небольшой надрез в форме буквы «Х» внизу помидора (мякоть не разрезайте), погрузить их в кипящую воду, а затем сразу же в холодную, спелые – на 15 секунд, недозрелые – 30 секунд. Можно положить помидор на ложку с длинной ручкой и подержать над газовой конфоркой, при этом постоянно переворачивая, пока кожица не начнет пузыриться. Не опуская помидор в воду, немного остудите его и снимите кожицу.

• Томатную пасту или томатное пюре перед введением в блюдо следует немного поджарить.

• В пищу используют огурцы в недозрелом виде – зеленцы, так как в стадии полной зрелости мякоть огурцов становится грубой, зерна крупными, а запах менее приятным.

• Огурцы широко применяются в кулинарии. В свежем виде их используют для салатов и гарниров. Соленые, маринованные и пастеризованные огурцы входят в солянки, рассольники, салаты, их можно применять и в качестве острого гарнира.

• Огурцы, предназначенные для салата, можно не очищать от кожуры, но необходимо тщательно вымыть (желательно щеткой). Делать это следует непосредственно перед подачей к столу, чтобы

огурцы сохранили свежесть.

• Срезать кожицу огурцов (и свежих, и соленых) надо лишь в случае, если она жесткая, желтая или горькая.

• Для засолки отбирают огурцы с пупырышками, с неровной поверхностью. Чтобы они сохранили яркий зеленый цвет свежих, необходимо обдать их кипятком.

• Если добавить в рассол для соленых огурцов немного горчицы, они станут вкуснее и сохранятся дольше (0,5 столовой ложки сухой горчицы на 3-литровую банку огурцов).

• Огурцы не заплесневеют в открытой посуде, если сверху положить наструганный хрен.

• Соленые огурцы и капуста дольше сохранятся и не потеряют вкуса, если брать их из банки, бочки или ведра не руками, а чистой ложкой или вилкой.

• Крупные соленые или маринованные огурцы не подавайте к столу целиком, непременно нарежьте их неширокими полосками.

• Потемневшей капусте ничем не помочь, а вот заплесневелые огурцы «вылечить» можно. Испорченный рассол надо слить, огурцы помыть холодной соленой водой и дать ей стечь. Затем плотно уложить огурцы в другую, хорошо промытую и ошпаренную кипятком посуду и залить свежим, более крепким рассолом. Поверх огурцов положить свежую ткань, деревянный кружок и небольшой гнет так, чтобы рассол покрыл кружок. Хранить при температуре не выше +5 °С. Укладывать огурцы надо вместе со специями: на 10 кг огурцов – 300 г укропа, 10–15 зубков чеснока, 3–5 стручков перца, немного хрена.

• Огурцы для рассольника надо варить отдельно в небольшом количестве воды и добавлять их в суп в конце варки вместе с водой, в которой они варились.

• Баклажаны бывают различной формы, размера и цвета начиная с крошечных зеленых тайских гороховидных баклажанов и маленьких белых и заканчивая огромными сизыми западными разновидностями, которые могут иметь овальную или яйцевидную форму.

• Выбирайте баклажаны, которые кажутся слишком тяжелыми для своего размера, с гладкой, блестящей, туго натянутой кожурой фиолетовой окраски. Они не должны иметь темных пятен или пятен порчи. Чашелистики и плодоножки должны быть целыми, и на них не должно быть плесени. Не берите жесткие баклажаны, которые могут оказаться незрелыми.

• В отличие от многих овощей баклажан не пострадает, если вы передержите его в хранении, – он просто станет мягче.

• Баклажаны в сыром виде обычно не едят. Их жарят, тушат, пекут, фаршируют и маринуют.

• Чистить или не чистить баклажан – дело вкуса; кожура съедобна и придает блюду красивый цвет и приятный вкус.

• Соусы лучше готовить из очищенных баклажанов.

• Если баклажаны разрезать на ломтики, посолить, выдержать минут пять, а затем промыть холодной водой, горечь их значительно уменьшится. Можно также подержать ломтики в подсоленной воде.

• Готовьте баклажаны до тех пор, пока они не станут мягкими и нежными.

• Готовя баклажаны для фарширования, следует разрезать их пополам и острым ножом сделать по краям надрезы, так как при тепловой обработке кожица стягивается и лопается.

• Баклажанная икра будет намного вкуснее, если ее приготовить из печеных баклажанов, а не вареных.

• Для икры печеные баклажаны лучше сечь ножом, а не пропускать через мясорубку – меньше образуется сока.

• Баклажаны и помидоры фаршируют сырыми.

• Сладкий перец (болгарский) может быть зеленым, красным, желтым, оранжевым и даже пурпурным.

• Сладкий перец не жгучий, в отличие от острого перца, иначе называемого чили.

• Выбирайте стручки красивой формы, блестящие, яркого цвета, без пятен, твердые.

• Для приготовления горячих блюд берут крупные, немного недозревшие плоды перца светло-зеленого, темно-зеленого или желтоватого цвета, для салатов – зрелые плоды ярко-желтого и красного цветов.

• Обрабатывая перец, рекомендуется удалять семена. Можно срезать верх в виде крышечки и осторожно с помощью ложки, ножа или просто рукой удалить семена; можно плод подрезать снизу (так перец готовят для салатов или консервирования). После удаления семян плоды перца тщательно моют.

• Длительная тепловая обработка перца снижает его ароматические свойства и придает блюду излишнюю горечь, поэтому перец добавляют в конце варки.

• Кожица с перцев снимается лучше всего после жарки. Кроме того, после жарки мякоть у них становится мягче, вкус нежнее и появляется копченый привкус. Как только по шкурке перцев пойдут волдыри, положите их в миску и закройте полотенцем или тарелкой. Дайте постоять несколько минут. От жара возникает пар, который ослабит шкурку перцев.

• Перцы после жарки желательно не мыть, поскольку на их поверхности остался копченый аромат.

• Если на дне миски, в которой лежали перцы, остался сок,

добавьте его в блюдо, которое вы готовите, или перемешайте с уксусной заправкой.

• Поджарить перцы и снять с них шкурку можно заранее, за день или два до приготовления нужного вам блюда. Затем можно завернуть перцы в полиэтиленовую пленку и положить в холодильник.

• Сладкий стручковый перец (без семян и сердцевины) перед фаршированием следует залить горячей водой и проварить 1 минуту.

• Если перцы неровные или закругленные, срежьте донышки, чтобы начиненные перцы стояли на блюде ровно.

• Жгучие перцы (чили) содержат вещество под названием капсаицин, которое может раздражать кожу, в особенности вокруг рта и глаз. Работая с перцами, надевайте перчатки или вымойте руки в мыльной воде после работы с перцами.

Редис, редька, брюква, репа, турнепс

• Выбирайте гладкие корнеплоды редиса, крепкие при надавливании. Редис бывает по цвету: белый, красный и бордовый; по форме: круглая, овальная, удлиненная; по вкусу: от жгучего до мягкого.

• Наиболее вкусен розово-красный редис с белым кончиком.

• Редис лучше всего есть перед обедом: он не только улучшает аппетит, но и способствует усвоению пищи.

• С белого редиса кожицу обязательно снимают, а с красного – нет.

• Если редис завял, не пытайтесь замачивать его в воде: бесполезно. При его хранении надо смачивать только ботву.

• Редис и редька теряют едкий вкус и неприятный запах, если их натереть на терке и несколько раз промыть холодной водой.

• О редьке говорят: утром – яд, в обед – пища, вечером – лекарство.

• Наиболее острая белая редька конической формы, а наименее – круглая черная.

• Редька теряет свой едкий вкус и неприятный запах, если ее настрогать и промыть несколько раз в холодной воде.

• Чтобы избавиться от горечи редьки, надо в салат добавить натертую морковь и хорошо перемешать.

• Салат из редьки станет вкуснее, если заправить его репчатым луком, слегка поджаренным на растительном масле.

• Все салаты из овощей и зелени надо солить только перед самой подачей на стол.

• Если салат из редьки пересолили, то ее можно либо

промыть холодной кипяченой водой и дать стечь, либо добавить натертую несоленую редьку и хорошо перемешать.

• Выбирайте брюкву и репу правильной формы (круглая или вытянутая), с гладкой кожурой.

• В сыром виде брюква и репа горчат. Чтобы улучшить вкус этих корнеплодов, их перед тушением или запеканием обдают кипятком.

• Брюкву и репу варят в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды).

• При обработке брюквы и репы следует пользоваться ножом из нержавеющей стали, так как витамин С разрушается от соприкосновения с железом.

• Гибрид капусты с турнепсом, брюква имеет желтовато-оранжевую мякоть и толстую кожуру.

• Перед употреблением брюкву промойте и снимите кожуру тонким слоем.

• Под влиянием тепловой обработки брюква приобретает довольно резкий специфический запах, поэтому в набор овощей для супов или гарниров, которые обладают таким вкусом и ароматом, ее либо вовсе не кладут, либо добавляют в весьма ограниченном количестве.

• Репу рекомендуется готовить так: довести неочищенные корнеплоды до кипения, срезать зеленые верхушки и отварить в свежем кипятке до полной готовности.

• Репу некоторых сортов перед заправкой отваривают в кипящей воде в течение 5 минут для удаления горечи.

• Вареную репу легче очистить от кожицы, пока она теплая.

• Турнепса покупайте небольшие корнеплоды, которые кажутся слишком тяжелыми для своего размера, с гладкой, неповрежденной кожицей и свежей ботвой. Крупные турнепсы могут быть деревянистыми.

• Перед приготовлением турнепс очистите от ботвы, промойте, снимите тонкий слой кожуры.

• Из турнепса готовят пюре; его жарят, запекают или покрывают глазурью.

Лук, чеснок

• Репчатый лук разделяется на лук для хранения – он плотный, крепкий, продается круглый год и имеет сильный запах (подержите его в морозильной камере 20 минут, чтобы было меньше слез) – и сладкий, как, например, испанские луковички, а также крупные луковицы с мягким вкусом.

• Наименьшее количество сахара содержит сладкий лук, а

наибольшее – острый. Больше в острых сортах и эфирных масел. Такой лук добавляют в жареном виде в мясные и рыбные, первые и вторые блюда. Для салатов лучше применять сладкие сорта, так как они значительно сочнее.

• Сладкие луковицы созревают весной и летом, содержат больше воды и сахара.

• При покупке выбирайте сухие луковицы, тяжелые на вес, с сухой шелухой. Не берите луковицы, имеющие ростки или мягкие участки.

• Если лук опустить на 10 секунд в кипяток, то шелуха легче отстает от луковицы.

• Луковая шелуха – не только краситель для пасхальных яиц. Отвар луковой шелухи – питательный и полезный продукт, а свиной рулет, приготовленный с использованием луковой шелухи, – оригинальный домашний деликатес.

• Если нужно разморозить лук, его на три часа кладут в холодную воду или медленно размораживают в холодильнике. Можно употреблять в пищу и замерзший лук – вкусовые качества его сохраняются.

• Очищенный лук до нарезки нежелательно оставлять на воздухе или в холодной воде, поэтому мыть и очищать его надо перед самым использованием.

• Когда режут лук, нож нужно опускать в холодную воду или предварительно лук положить в холодильник, тогда он не будет щипать глаза и вызывать слезы. Можно положить лук перед нарезкой на 30 минут в холодную воду, можно также чистить лук под холодной проточной водой.

• Чтобы глаза не слезились, поверните луковицу срезом вниз, не наклоняйтесь над доской и режьте короткими и быстрыми движениями.

• Можно, перед тем как нарезать лук, руки смазать растительным маслом – к ним совершенно не пристанет запах.

• После нарезки лука или чеснока руки протирают влажной солью или половинкой помидора, а затем моют.

• Чтобы очень мелко нарубить репчатый лук, помойте его, разрежьте пополам и снимите шелуху. Положите каждую половинку срезом вниз на разделочную доску. Хвостик не срезайте до тех пор, пока не нарежете лук вдоль и поперек. У вас получатся мелкие кубики. Затем хвостик отрежьте и выбросьте.

• Место среза неиспользованной луковицы можно смазать любым жиром. В таком виде лук хорошо сохраняет свежесть и питательные свойства.

• Начатая луковица останется свежей, если положить ее срезом на тарелку, посыпанную солью.

• Чтобы уменьшить горечь репчатого лука, подаваемого в качестве гарнира, в него добавляют уксус. Можно нарезанный лук 2–3 раза промыть в проточной воде или обдать кипятком, после чего заправить по вкусу уксусом.

• Для маринования следует брать лук острый и не сочный.

• Маринованный репчатый лук используют для винегретов, в качестве гарнира к сельди, холодной отварной рыбе и мясу. Он мягче, сочнее и не такой острый.

• Остро-сладкий репчатый лук. Очистите 6 небольших головок (примерно 750 г), нарежьте каждую на 8 долек, часть хвостика нужно оставить, чтобы лук не рассыпался во время приготовления. Поставьте сковороду на сильный огонь, доведите в ней до кипения 125 мл воды, положите лук, 125 мл 9 %-го уксуса, 100 г сахара и 1 чайную ложку соли. Уменьшите огонь, закройте сковороду крышкой и варите содержимое 3–5 минут, пока лук не станет нежным, но слегка хрустящим. Остудите, переложите в емкость с крышкой и поставьте в холодильник. Маринованный лук подают к горячим мясным блюдам.

• Чтобы лук при обжаривании приобрел золотистый цвет и не подгорел, его панируют в пшеничной муке.

• Лук станет золотистым и вкусным, если при обжаривании посыпать его сахарной пудрой.

• Пассерованный репчатый лук, добавленный в фарш, придает ему особый аромат и удлиняет срок хранения фарша.

• Лук и коренья при тушении укладывают слоем не более 4 см.

• Чтобы репчатый лук или лук-шалот при тушении не прилипали ко дну, налейте немного жидкости в сковороду и чуть-чуть растительного или сливочного масла. Таким образом вы уменьшите потребление жира и калорийность.

• Репчатый лук и чеснок становятся сладкими, сочными и гораздо более мягкими на вкус, если их запечь в духовке в небольшом количестве варенья или сахара до образования глазури. Подают такой гарнир с жареным мясом или птицей.

• Выбирайте лук-порей с гибкими хрустящими зелеными стрелками и кремово-белой прикорневой частью. Диаметр стрелки не более 4 см.

• Из всех разновидностей лука лишь лук-порей (батун) требует более тщательной чистки: его необходимо разрезать от макушки до корней, тщательно промыть, отгибая листья, чтобы вымыть весь песок.

• Перед приготовлением лука-порея срежьте листья на расстоянии 5 см от белой части (оставьте зеленые листья для супа или жаркого). Снимите с лука внешний слой. Промойте в

нескольких сменах холодной воды, дайте воде стечь. Разрежьте крупные стрелки вдоль на 4 части, оставив у основания примерно 5 см.

• Лук-порей можно выдержать в маринаде из масла и душистых трав, а затем зажарить в гриле, чтобы почувствовать его свежий нежный вкус.

• Зеленый лук должен иметь чистые белые луковицы и свежие листья.

• Зеленый лук лучше использовать сразу после промывки.

• Зеленый лук можно иметь и зимой. Для этого луковицы посадите в горшочки для цветов или ящики и поставьте в кухне на подоконник. Поливать часто не следует. Следите только, чтобы не подмерзли.

• Чеснок – покупайте толстые, твердые, как камень, головки с сухой, бумагообразной шелухой. Не берите мягкие или влажные головки.

• Если чеснок начинает пускать ростки, разрежьте зубчик пополам и вырежьте горькую зеленую сердцевину.

• От длительного нагревания чеснок теряет свои полезные свойства, поэтому его чаще употребляют в натуральном виде.

• Сырой чеснок используется в приправах для салатов и в некоторых соусах. Для того чтобы в салате ощущался лишь слабый чесночный привкус, натрите внутреннюю поверхность тарелки разрезанным зубчиком чеснока. Можно также положить в салат корочку ржаного хлеба, натертую чесноком, а через некоторое время ее вынуть.

• Используют сырой чеснок при хранении продуктов от порчи: овощи, рыба, мясо, крупа дольше сохранят свои качества и вид, если с ними соседствуют зубчики чеснока.

• Продукты из чеснока включают пасту, сушеные хлопья и чесночную соль, но лучше всего, по мере возможности, использовать свежий чеснок.

• Сырой чеснок очень острый (чем дольше он находится в блюде, тем более острым оно становится); обжаривание (целыми зубчиками), запекание и бланширование делает вкус чеснока более сладким и зрелым.

• Обжаривая чеснок, часто помешивайте его, чтобы он не подгорел (не стал коричневым) и не стал горьким.

• Чтобы подготовить чеснок к запеканию, осторожно снимите кожицу с головки чеснока, оставив лишь столько, чтобы зубчики не распадались. Срежьте с верхушки головки 5–10 мм, чтобы обнажить зубчики. Положите срезом вверх на алюминиевую фольгу и запекайте в духовке.

• Чеснок мелко режут и фаршируют им мясо, добавляют в

рубленое мясо, используют в соусах и запеканках. Он придает особый вкус густым маслам, соусам и приправам для макарон, рыбы, птицы, мяса, дичи и овощей.

• Если у вас высох чеснок, не спешите его выбрасывать. Измельчите его в кофемолке и используйте как приправу к овощным блюдам.

• Чесночное масло – классический гарнир к улиткам, оно также подается к моллюскам и жареной рыбе. Его можно намазать на ломтики хлеба и запечь их в фольге.

• После употребления чеснока во рту долго сохраняется его запах. Этот запах легко удалить, если пожевать свежий корень петрушки или свежую зелень укропа.

• Если жевать одну дольку чеснока 1–2 минуты, полость рта становится безмикробной.

Тыква, кабачки и патиссоны

• Летние овощи (молодые кабачки, спелые кабачки, патиссоны) имеют нежную мякоть, мелкие семена и нежную съедобную кожу. Покупая летние овощи, выбирайте твердые на ощупь, тяжелые для своего размера, с гладкой, блестящей кожурой. Мелкие овощи более нежные.

• Перед приготовлением промойте овощи: обрежьте плодоножки и противоположные концы, кожуру не снимайте. Овощи можно разрезать вдоль или на кусочки – в зависимости от того, какое блюдо вы готовите.

• Зимние овощи (кабачки и тыквы) имеют твердую толстую кожуру, твердые зерна и плотную мякоть. Выбирайте овощи тяжелые для своего размера, с красивым желтовато-оранжевым цветом и твердой, жесткой кожурой без мягких участков.

• Перед приготовлением промойте овощи, разрежьте каждый овощ вдоль пополам, удалите семена и волокна. Чтобы отварить – очистите овощ от кожуры, нарежьте на ломтики или кубики; чтобы запечь – кожуру не снимайте, нарезайте пластинами.

• Тыква печеная, вареная, сырая и ее сок обладают мочегонным, желчегонным и послабляющим действием, способствуют выведению из организма солей натрия и различных шлаков.

• Тыква вполне пригодна для употребления в пищу в непривычном для нас сыром виде, она легко усваивается организмом и может быть включена даже в диетическое меню, однако выбирать надо наиболее молодые, нежные плоды.

• Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена с частью мякоти.

• После варки тыкву надо откинуть на дуршлаг, чтобы она не стала водянистой.

• Кашу из тыквы лучше готовить с пшеном или рисом.

• Печеную тыкву хорошо подать с медом.

• Подсушенные тыквенные семечки не только вкусны, но и очень полезны. Кроме того, их можно вместо миндаля класть в тесто при выпечке печенья и пряников.

• Очищенные семена тыквы и подсолнуха богаты дефицитным витамином Е и могут быть добавлены к любым первым и вторым блюдам.

• Кабачки наиболее вкусны длиной до 20 см.

• Все сорта кабачков (кроме зимних) используют только в недозрелом виде, так как зрелые жестки и невкусны. Покупайте самые маленькие, твердые и блестящие кабачки, без вмятин и пятен.

• Молодой кабачок никогда не очищайте. Его можно использовать сырым, как огурец, – в салате или просто на подносе с сырыми овощами.

• Термическая обработка молодых кабачков должна быть очень быстрой и в малом количестве жидкости. Кабачок должен вариться или жариться 2–4 минуты. Он должен быть мягким, но хрустящим.

• Жарить лучше всего небольшие кабачки с мелкими семенами. Если после обжаривания они останутся жесткими, их нужно накрыть крышкой и на 5–10 минут поставить в духовой шкаф.

• Спелые кабачки. Эти кабачки оставляют на стебле, чтобы они выросли большими. Их можно готовить на пару, варить, фаршировать или запекать в сухарях.

• Кабачки нужно тушить на сильном огне, чтобы из них вышло как можно меньше сока.

• Кабачки, предназначенные для приготовления икры, можно запанировать в муке и обжарить.

• Патиссоны по форме напоминают тарелку – особый вид тыквы. Несмотря на это, их готовят так же, как и кабачки. Все рецепты блюд из кабачков пригодны для приготовления блюд из молодых патиссонов.

• Патиссоны хороши только нежные, маленькие, не более 5–10 см в диаметре. Спелые, одеревеневшие плоды в пищу не годятся.

• Патиссоны используют только недозрелыми. Наиболее распространенный способ их кулинарной обработки – консервирование в рассоле (7 % соли и 1 % уксусной кислоты) с добавлением мяты, лаврового листа, перца, чеснока, зелени

петрушки и укропа.

• Консервированные патиссоны подают в качестве закуски или как острый гарнир к мясным и рыбным блюдам.

Спаржа, бобовые, кукуруза

• Выбирайте при покупке круглые, нежные, зеленые побеги спаржи среднего размера с прижатыми почками на кончиках. Выбирайте стебли спаржи одной толщины, чтобы они равномерно проварились.

• Преимущество зеленой спаржи в том, что с нее не надо снимать кожицу и она не дает больших отходов. У белой спаржи надо снять кожицу сверху вниз и обрезать одеревеневшие концы.

• Кожицу спаржи следует сразу же высушить и использовать для приготовления супов и бульонов. Она придает им своеобразный вкус.

• Стебли можно нарезать длиной около 2,5 см.

• Чтобы очищенная целая спаржа при варке не лопалась, свяжите ее в пучки.

• Спаржу варят в подсоленной воде, причем ее можно опускать в холодную воду.

• Если спаржу поставить вертикально в кастрюлю стеблем вниз, то стебель варится, а кисточка доходит на пару. Варить спаржу нужно 5 минут. Затем ее вынуть и сразу же опустить в воду со льдом – сохранится цвет спаржи и витамины в ней.

• Спаржа лучше сохранит цвет, если ее варить в большом количестве воды с добавлением лимонного сока.

• Если спаржу используют для вторых блюд или салатов, то для сохранения витаминов ее необходимо залить кипятком. Количество соли должно быть минимальным.

• Отвар спаржевой фасоли можно использовать для приготовления первых блюд.

• Переваренная спаржа теряет аромат и становится водянистой.

• Консервированная спаржа вполне заменяет свежую.

• Какие бобы (фасоль, горох, соя, чечевица, нут, чина) покупать:

– черные бобы слегка сладковаты на вкус, могут составлять основу супов, смешиваться с рисом или быть начинкой для пирожков;

– фасоль обыкновенная – мелкие белые бобы. Широко используется в консервировании, идеально подходит для медленно варящихся блюд, например рагу, так как после варки фасоль сохраняет свою форму;

– розовая фасоль – гладкая, красновато-коричневая, ее варят и жарят;

– пестрая фасоль – овальной формы, бежевого цвета с черным глазком. Из нее варят супы и делают салаты. Она рассыпчатая, грубоватая на вкус;

– красная фасоль – ее чаще всего варят. У этой фасоли среднего размера плотная кожица бордового цвета и сладкий мясной вкус;

– белая фасоль – у нее более мягкая текстура, чем у красной фасоли, и более нежный вкус. Очень популярна в итальянской кухне, где из нее варят суп и добавляют в блюда из макарон или в салат из тунца;

– к фасоли со съедобными стручками относится зеленая, желтая восковая, широкостручковая и французский сорт с более тонкими стручками. При покупке выбирайте гладкие, хрустящие стручки яркого цвета. На ощупь они должны быть гибкими и бархатистыми. В отварном виде фиолетовая восковая фасоль становится темно-зеленой;

– желтый и зеленый дробленый горох – сухой горох без оболочки, расколотый пополам. У него слегка сладковатый вкус, который хорошо сочетается с окороком. Из него можно приготовить превосходный суп и сделать пюре;

– нут – иное название – турецкий горох. Чаще всего из нута готовят хумус (так на Среднем Востоке называют специальный соус). Время варки разных сортов нута неодинаково, поэтому в процессе готовки его обязательно надо пробовать;

– выбирайте толстые, мягкие, ярко-зеленые стручки зеленого горошка. Стручки горошка лопаться по шву не должны. Ешьте горошек сразу после сбора или покупки, так как, подобно кукурузе, содержащийся в нем сахар быстро превращается в крахмал;

– крошечная, круглая, зеленая французская чечевица (считается, что этот сорт самый вкусный) варится быстро, сохраняет форму, имеет ореховый вкус;

– красная чечевица – более мелкая и круглая, при варке желтеет и становится очень мягкой;

– зеленая чечевица – популярна у европейцев, имеет плотную текстуру и еле ощутимый ореховый вкус;

– коричневая чечевица – чаще всего встречающийся сорт. У нее плотная текстура и еле ощутимый ореховый привкус.

• Наиболее приятный вкус у чечевицы с темно-зелеными зернами.

• Фасоль и чечевицу перед варкой надо перебрать, удаляя сморщенные бобы и мусор в виде камушков и веточек.

• Консервированные бобы тоже следует вымыть, тогда и готовое блюдо будет лучше выглядеть.

• Для ускорения варки бобовых (кроме лущеного гороха, который разваривается быстро), а также для растворения в воде олигосахаридов (сахара, которые не перевариваются в человеческом организме), их следует замачивать в воде: фасоль – на 10–12 часов, горох-нут – на 6 часов, горох обыкновенный – на 6–8 часов, бобы черные – на 4 часа, чечевицу – на 1 час.

• Температура воды при замачивании бобовых должна быть не выше 15 °С, иначе они закиснут и будут плохо развариваться.

• Долго хранившиеся бобовые требуют более длительного замачивания и варятся дольше.

• Первый способ замачивания бобовых: чтобы замачивание произошло быстро, но не повредило самим зернам, налейте кипящую воду в бобы, она должна покрывать их на 5 см, закройте крышкой и дайте постоять не менее часа. Когда бобы увеличатся в размере вдвое и впитают почти всю воду, откиньте их на дуршлаг и вылейте жидкость, в которой они замачивались. Бобы останутся твердыми и сохранят свою форму во время варки.

Второй способ замачивания бобовых: положите бобы в большую миску или кастрюлю, залейте водой на 5 см, закройте крышкой и поставьте в холодильник, чтобы предотвратить их брожение, если кухня слишком теплая. Бобы разбухнут в три раза. Откиньте бобы на дуршлаг и вылейте воду, в которой они замачивались.

Третий способ, во время которого может лопнуть кожица, таков: положите бобы в кастрюлю, залейте холодной водой на 5 см и доведите до кипения; уменьшите огонь и варите 2 минуты. Дайте постоять под крышкой 1 час. Затем бобы промойте и просушите перед окончательной варкой.

Четвертый способ. Иногда для ускорения варки бобовых добавляют соду. Однако следует помнить, что сода способствует разрушению витамина В и ухудшает вкус бобовых.

• Вкус замоченных и незамоченных бобовых различен: бульон из замоченных бобовых будет лишен специфического «горохового» привкуса, а сами бобовые, особенно горох, приобретут вкус и запах, очень близкий или напоминающий орехи.

• Сухие бобовые, сваренные без предварительного замачивания, будут сохранять обычный «гороховый» запах. Эта разница во вкусе произойдет оттого, что в процессе замачивания с бобовых всегда сходит пленка, которая является источником «горохового» запаха, в то время как ядра бобовых его не имеют.

• Не варите бобы при бурном кипении. Варите бобы в

кастрюле без крышки – аромат будет более концентрированным, и блюдо будет более густым.

• Варка бобовых имеет одну особенность – ее надо вести до полного выкипания воды. Если бобовые сварены, а вода осталась, ее надо просто слить.

• Солить все бобовые можно лишь в конце варки (чтобы они не разварились), за несколько минут до слива или после слива, когда бобовые уже сухие. Во втором случае надо класть немного меньше соли.

• Во время варки бобовых не рекомендуется добавлять холодную воду: из-за этого они хуже развариваются и становятся менее вкусными.

• Продолжительность варки бобовых следующая: фасоли – 1–2 часа, гороха – 1–1,5 часа, чечевицы – 30–40 минут.

• Бобы поглощают приправы из воды. Классический способ добавить бобам аромата – поместить в них несколько кусков копченостей, или кость окорока, или копченую индейку. Затем можно добавить лавровый лист, репчатый лук, утыканный почками гвоздики, и тогда бобы на вкус станут немного копчеными и пряными.

• Варите бобы с нарезанными морковью и луком – тогда бобы станут более сладкими (на 450 г бобов кладите по 130 г моркови и лука).

• Для улучшения вкуса бобовых можно варить их с зеленью, связанной в пучок. Зелень после варки надо удалить.

• К черным или красным бобам можно положить горошины душистого перца и палочку корицы. Заверните специи в марлю или положите в сеточку для заваривания чая, и тогда их будет проще вынуть.

• В соединении с кислыми продуктами бобовые долго не развариваются, поэтому добавлять томат-пюре, уксус или соус следует только тогда, когда бобы будут готовы.

• В бобовые, приготовленные с томатным соусом, добавляют немного толченого чеснока, растертого с солью.

• Для получения однородного пюре протирайте бобовые через сито горячими.

• Бобовое пюре станет вкуснее, если добавить в него мелко рубленный пассерованный репчатый лук и хорошо перемешать.

• Если пюре из бобовых получилось очень густым, его можно развести отваром бобовых, горячим молоком или мясным бульоном.

• Бобы можно также запекать. В духовке они не развалятся, а текстура у них будет более гладкой.

• В готовом виде блюдо выглядит аппетитнее, если с бобов

снята кожура.

• Консервированные овощи (зеленый горошек, фасоль, кукурузу, цветную капусту и т. п.) следует подогревать вместе с отваром, а затем отвар слить.

• Перед приготовлением стручковую фасоль промойте, обрежьте кончики стручков. У широкостручковой фасоли удалите длинные грубые волокна, проходящие вдоль стручка.

• Стручки фасоли перед варкой разрезают поперек на 3–4 части или шинкуют в форме лапши.

• Чтобы стручки фасоли сохранили зеленую окраску, их можно залить кипящей подсоленной водой и варить под крышкой.

• Наличие соли увеличивает продолжительность варки.

• Стручки бобовых станут нежнее на вкус, если тушить их с добавлением молока, а еще лучше – сливок.

• Чтобы быстрее сварить сухую фасоль, надо залить ее холодной водой и сразу поставить варить. Как только вода закипит, подлить еще немного холодной воды. Эту процедуру повторить несколько раз.

• Фасоль станет вкуснее и питательнее, если закипевшую воду, в которой варится фасоль, слить, еще раз залить холодной водой и добавить в нее 3 ложки растительного масла.

• Фасоль сварится быстрее, если в воду добавить немного сахара.

• При варке фасоли не следует смешивать различные ее сорта, так как продолжительность варки их неодинакова.

• В цветной фасоли некоторых сортов содержатся вещества, придающие отвару темный цвет. Если этого желательно избежать, то воду, в которой варится фасоль, сразу же после закипания сливают, заливают свежим кипятком и варят до готовности.

• Фасоль варят в большом количестве воды (на 1 кг фасоли – 3 л воды) при слабом кипении в закрытой посуде.

• Фасоль надо разваривать полностью: недоваренной фасолью можно отравиться.

• Из остывшего фасолевого пюре можно сделать вкусные котлеты, если прибавить яйца, толченые сухари или муку.

• Толстые стручки сахарного горошка можно есть целиком – просто надо оторвать жесткие волокна.

• Стручки города варят целиком.

• Замороженный горошек зачастую оказывается более сладким, чем «свежий», который продолжительное время пролежал на полке.

• Зеленый горошек при варке сохранит естественный цвет, если к нему добавить немного сахарного песка.

• Отвар от консервированного зеленого горошка можно использовать для приготовления пищи, так как в нем содержится столько же питательных веществ, сколько в самом горохе.

• Свежезамороженный зеленый горошек, не размораживая, отваривают в интенсивно кипящей воде.

• Сухой горох можно варить в той же воде, в которой замачивали.

• Солить горох нужно в конце варки.

• Чем дольше хранилась чечевица, тем дольше она варится – от 40 до 60 минут.

• Отваривая чечевицу, воды берут вдвое больше, чем чечевицы. Чайная ложка сливочного или растительного масла, добавленного в воду, сделает чечевицу мягче и вкуснее.

• Как и другие бобовые, чечевицу желательно варить без соли, при слабом непрерывном кипении, в закрытой посуде.

• Чечевица варится быстрее других бобовых (около часа) и легче усваивается организмом. Замачивать ее для сокращения продолжительности варки нет необходимости.

• Соя – уникальный диетический продукт. Витамины и микроэлементы содержатся в ней именно в тех количествах, которые необходимы человеку. Помимо того что из сои можно приготовить множество вкусных блюд, она хороша и тем, что благодаря низкой калорийности не способствует прибавке в весе. Ешьте сою на первое, на второе, на десерт, с сыром, овощами, кетчупом и т. д.

• Соевые продукты – молоко, кефир, соевая мука, соевый сыр тофу, котлеты, тефтели, бефстроганов, соевая паста, соевый соус и т. д. – можно приобрести в специализированных магазинах или отделах в супермаркетах.

• Сахарную кукурузу для приготовления овощных блюд используют только в недозрелом виде. Незрелая (молочной зрелости) сахарная кукуруза легко усваивается организмом и представляет собой очень полезный продукт.

• Выбирайте початки кукурузы с ярко-зеленой, плотно прилегающей оберткой, свежими и влажными волокнами («волосами»), налитыми, но не слишком крупными зернами. Сухие волосы указывают на старую кукурузу. Зерна такой кукурузы должны легко отделяться от початка, а при сдавливании пальцами на них должен выделяться сок, похожий на молоко. Не берите початки, которые продаются очищенными от обертки, поскольку они быстрее портятся.

• До использования храните кукурузу, не снимая оберток, в холодильнике.

• Варите кукурузу сразу после покупки, прежде чем начнется

естественный процесс превращения сахара в крахмал, отчего кукуруза становится менее сладкой. Новые гибриды сохраняют сахар дольше и могут несколько дней храниться в холодильнике.

• Снимайте обертку с кукурузы непосредственно перед термической обработкой, но лучше варить с листьями, срезав только основание. Воду следует солить в конце варки.

• Сахарную кукурузу отваривают целыми початками и подают с маслом.

• Для усиления аромата воткните в початок кукурузы веточку розмарина или листья шалфея и зажарьте – у початка будет сладкий жареный вкус.

• Срезанные со стержня молодые зерна можно быстро обжарить со шнитт-луком, можно приготовить из них аппетитный кукурузный пирог или смешать с бобами.

• Консервированную кукурузу можно использовать в салаты, в первые и вторые блюда.

Артишоки, ревень

• Выбирайте плотные, компактные клубни артишока, тяжелые для своего размера, со свежими, зелеными внутренними листьями.

• Артишоки нужно обрабатывать следующим образом: удалить потемневшие листья, обрезать стебель вровень с основанием, донышко в том месте, где срезан стебель, натереть лимонным соком, чтобы оно не потемнело. Затем отрежьте от макушки часть артишока (2–3 см) и выбросьте. Остригите колючие кончики оставшихся листьев. Раскройте артишок и аккуратно прорежьте вокруг сердцевины маленьким ножом. Извлеките сердцевину артишока и выбросьте. Тщательно промойте артишоки.

• Положите подготовленные артишоки основанием вниз в кипящую воду (2–3 см воды от дна кастрюли), добавьте 1 столовую ложку лимонного сока и снова доведите до кипения. Убавьте огонь до минимума, накройте и тушите 30–40 минут.

• Готовность артишока можно определить острием ножа: если нож свободно входит в мякоть, то артишок готов.

• Молодые, очень нежные артишоки можно подавать сырыми. Их мелко режут и поливают майонезом или салатной заправкой.

• Ревень – овощная культура, но своими пищевыми свойствами больше напоминает фрукты. Содержание в этом растении значительного количества калия способствует регулированию кровообращения. Кроме того, ревень неплохой антисептик. Преимуществом его является и то, что он созревает

раньше других овощей и плодов. Из ревеня можно готовить вкусные компоты и кисели, использовать его для приготовления желе. Сок ревеня иногда употребляют вместо лимонного сока.

• Чтобы получить из ревеня квас, надо 1 кг его черенков нарезать тонкими пластинками, залить 5 л воды, добавить 4–5 зерен гвоздики, кусочек корицы. Сварить, процедить, добавить 2 стакана сахара, остудить до 20–30 °С, положить 15–20 г дрожжей. Оставить на несколько дней в теплом месте, затем перелить в бутылки, добавить в каждую 5–6 изюминок и поставить на холод.

Листовая, пряная зелень и съедобные цветы

• При покупке выбирайте крепкую неповрежденную зелень с яркой окраской. Мелкие листья на тонких стебельках – самая нежная зелень.

• Чтобы в зелени не остался песок, ее моют на плаву. Для этого отрезают корешки, опускают зелень в холодную воду, хорошо перемешивают, дают отстояться 5–6 минут, затем осторожно вынимают и, сменив воду, моют еще раз. После этого, положив зелень в дуршлаг, промывают ее под струей воды.

• Увядшая зелень укропа, петрушки, сельдерея снова станет свежей, если положить ее в воду с уксусом. Если увял салат, подержите его недолго в теплой воде.

• Увядшую зелень укропа можно оживить, если концы стеблей опустить в кипящую воду.

• Размораживать зелень перед приготовлением не надо – просто замороженную добавьте в блюдо, которое готовите.

• Зелень петрушки, сельдерея и укропа надо резать, а не рубить, потому что вместе с обильно выделяющимся при этом соком теряется много ароматических и вкусовых веществ.

• Из ботвы свеклы и моркови, листьев цветной капусты можно приготовить довольно вкусные салаты. Для этого вымочите их в течение 30 минут в холодной подсоленной воде и мелко нарежьте.

• Зелень моркови, сельдерея, петрушки, укропа, одуванчика следует жарить в большом количестве растительного масла маленькими порциями. На сковороду класть после того, как масло раскалится. Вынимать лучше вилкой, чтобы стекло лишнее масло. Положив на блюдо, посолить.

• Зелень лучше недоварить, чем переварить.

• Богатая витаминами, молодая и нежная листовая зелень может употребляться в свежем виде, а зрелая и обладающая резким вкусом преимущественно употребляется вареной. Как правило, чем темнее листья, тем больше в растении витаминов и

минералов.

• К зелени с мягким вкусом относятся шпинат и салат латук.

• К зелени со специфическим вкусом относят кормовую капусту, листья одуванчиков, побеги горчицы и ботву турнепса. Эта зелень (кроме молодой) без термической обработки имеет горький вкус, поэтому ее хорошо жарить с чесноком или использовать в супах и рагу (добавлять в конце варки).

• Не следует пропускать через мясорубку шпинат, крапиву, щавель, так как при этом полностью разрушается витамин С. Эту зелень надо измельчать на протирочной машинке или мелко нарезать – будут меньшие потери сока.

• Шпинат надо варить в открытой посуде.

• Сок шпината используется как краситель для крема, масляных смесей, пюре.

• Шпинат и щавель для щей припускайте в собственном соку каждый в отдельности, а затем протрите и соедините.

• Одно из наилучших способов приготовления листовой зелени – это ее обжарить. Брокколи, кормовую капусту, побеги горчицы перед обжариванием необходимо бланшировать (чтобы смягчить их вкус и сделать более нежными) 5 минут. Листья одуванчика, весеннюю зелень – 3 минуты. Свекольную ботву, цикорий, кудрявый салат латук, китайскую капусту, шпинат перед обжариванием бланшировать не нужно.

• Усилить аромат обжаренной зелени можно при помощи следующих приправ (сбрызнуть готовую зелень): добавить масло душистое – оливковое масло, или масло грецких орехов, или несколько капель кунжутного масла; добавить в конце приготовления немного соевого соуса и лимонного сока; добавить натертый свежий имбирь, семена горчицы или тмина и хлопья сухого чили; посыпать готовую зелень обжаренными семенами кунжута, миндалем, грецкими или кедровыми орехами.

• Шпинат очень полезен и питателен. Его используют для приготовления диетических блюд.

• Сезон покупки шпината – ранняя весна и осень. Покупать шпинат нужно только с хрустящими, яркими, неиспорченными листьями, без пятен, не вялыми, не желтыми и не рваными.

• Влажный шпинат быстро портится, поэтому его следует промывать непосредственно перед варкой.

• Шпинат сохранит свой натуральный цвет, если его варить 1–2 минуты в большом количестве подсоленной кипящей воды (на 1 кг шпината 3–4 л воды) в открытой посуде. Свяжите стебли шпината в пучок крепкой бечевкой и варите до размягчения.

• Вареный или размороженный шпинат нужно перед использованием отжать, иначе готовое блюдо получится

водянистым.

• Шпинат готовят не только со сливочным маслом, сметаной и сыром, но также с лимоном, уксусом, яйцами, чесноком, укропом, петрушкой, базиликом, мускатным орехом, репчатым луком, грибами, беконом, анчоусами и рыбой.

• Котлеты из шпината станут вкуснее, если пюре из него заправить густым молочным соусом.

• Не рекомендуется тушить шпинат вместе со щавелем, так как шпинат при этом меняет цвет и грубеет.

• Щавель продают весной, летом и осенью, но самые нежные листья у него весной.

• Чаще используют в пищу только листья щавеля (в стеблях могут быть неприятные волокна).

• У щавеля вкус кислый, его используют чаще всего не как овощ, а в качестве приправы, поскольку он придает блюду свежесть и подходит ко всему – от картофеля до рыбы.

• Сырой щавель очень вкусен в салатах, со сливочным маслом, рыбой, картофелем, курицей.

• Посуда, в которой готовят щавель, не должна быть алюминиевой.

• Если вы готовите суп, добавьте щавель в последние 3–4 минуты варки. Если же делаете соус, обжарьте щавель в небольшом количестве сливочного масла, бульона или воды в сковороде без крышки. Листья должны поникнуть и стать цвета хаки.

• Наши бабушки использовали щавель в виде сладкой начинки для пирогов (подготовленный щавель мелко порубить и перемешать с сахаром).

• Щавель можно заменить шпинатом или крапивой, добавив лимонную кислоту.

• Для приготовления пюре из щавеля можно использовать листья вместе со стеблями.

• Салатные овощи обладают ценными пищевыми качествами, и поэтому их нужно чаще употреблять в качестве гарнира к горячим и холодным блюдам.

• Широко применяя зеленые салаты, следует также учитывать их скороспелость и возможность покупать их круглый год.

• В зависимости от сорта салат бывает от бледно-зеленых и даже желтовато-зеленых оттенков до темно-зеленых и красновато-коричневых.

• Листовой салат имеет особенно нежные и неустойчивые к хранению листья. Он поступает в продажу вместе с корешками.

• Наиболее употребляемыми салатными растениями являются салат латук (листовой и кочанный), салатный цикорий и кресс-

салат.

• Салат латук принадлежит к группе пресных салатов, так как в нем нет кислых и горьких веществ.

• Салат латук бывает кочанный (сочен, но обладает слабым вкусом), листовой (мягкий, с нежным вкусом или сладкий), длиннолистовой (сочный и обладает мягким вкусом). Для разнообразия купите несколько видов салата.

• Салатный цикорий и кресс-салат принадлежат к горьким салатным растениям.

• Мелко нарезанный кресс-салат кладут в заправочные супы перед подачей к столу.

• Свежий салат заранее не нарезайте – он почернеет.

• Перед приготовлением блюда тщательно промойте и просушите салат. Удалите увядшие внешние, а также с точечками листья – они быстро испортятся.

• Во избежание того, чтобы салат не получился водянистым, перед использованием промытый салат тщательно просушите – положите листья на чистое сухое полотенце и насухо промокните другим полотенцем.

• Для того чтобы салат был хрустящим, положите чистые сухие листья в пакет для хранения пищевых продуктов вместе с влажным кухонным полотенцем и закройте.

• Кочанный и длиннолистовой салат лучше заправлять густыми сметанными соусами. И напротив, такие салаты, как листовые, рекомендуется заправлять уксусом, солью и сахаром.

• Заправляйте салат непосредственно перед подачей на стол, чтобы он остался хрустящим.

• Лучший способ сделать заправку для салата однородной – это прежде всего взбить венчиком горчицу, уксус и лимонный сок месте с приправами. Затем постепенно, ровной струйкой добавлять масло, не прекращая взбивать.

• Пряная зелень. Свежий кориандр, а в России и на Украине кинза, обладает довольно навязчивым вкусом. Поэтому зелень кориандра следует добавлять в блюда в ограниченных количествах.

• Если зелень петрушки ополоснуть теплой водой, она станет ароматнее.

• Чтобы быстро измельчить петрушку, несколько веточек положите в чашку и режьте их кухонными ножницами, поворачивая чашку.

• Рубленую зелень или сок петрушки используют для приготовления витаминизированных напитков. Зелень петрушки кладут в творог, добавляют в сливочное масло для бутербродов. Измельченной петрушкой посыпают глазунью, добавляют ее в

омлет. С сухой измельченной петрушкой или свежей делают котлеты, мучные оладьи, добавляют в фарш.

• Зелень петрушки можно иметь и зимой. Для этого коренья петрушки посадите в горшочки для цветов или ящики и поставьте в кухне на подоконник. Поливать часто не следует. Следите только, чтобы корни не подмерзли.

• Укроп – родственник петрушки, одновременно является и травой, и специей. Свежий укроп имеет перистые зеленые листья и слегка лимонно-анисовый вкус. Укроп является основной приправой для рыбных, огуречных салатов, соусов, супов. При термической обработке укроп быстро теряет свой вкус, поэтому при использовании в горячих блюдах добавляйте его в конце варки.

• Укроп, собранный в стадии цветения, кладут при засолке огурцов и капусты.

• Укроп можно заготовить на зиму – перемешать с солью или высушить, но вкус хуже, чем у свежего укропа.

• Сушеный укроп кладут в кастрюлю за 10–15 минут до окончания варки – в этом случае он хорошо отдает свой аромат пище.

• Листовой сельдерей имеет резкий специфический запах. Его добавляют в первые, рыбные и мясные блюда. Листья сельдерея используют при консервировании, солении помидоров, кладут их в маринады.

• Мята имеет характерный ароматный запах. В кулинарии применяется несколько видов мяты (тех, которые дают наименьшую горечь при нагревании): кудрявая мята, мелисса (лимонная мята), пряная мята (эльсгольция) и яблочная мята.

• Мяту чаще всего используют для ароматизации некоторых продуктов и напитков (мятный квас, мятные пряники и т. п.).

• Мяту можно добавить в блюдо в сушеном или молотом виде. В свежем виде применяют как приправу, добавляют в супы, вторые блюда, хлебный квас. Уха будет иметь приятный запах, если в конце приготовления добавить в нее немного мяты.

• Полынь (горькая) имеет горький запах и вкус, и ее используют как приправу к жареным мясным блюдам, особенно к жареному гусю. Заготавливают только надземную часть растения в период цветения.

• Чабер – душистое травяное растение. Молодой чабер (до или в начале цветения) употребляется как очень сильная и приятная пряность, главным образом для засолки овощей.

• Чабрец (тимьян) – маленький стелющийся кустарник, собирают его в период цветения, так как в этот период он содержит больше эфирного масла и горькие дубильные вещества.

Чабрец – такая же пряная трава, как чабер, и в кулинарии имеет сходное применение.

• Съедобные цветы придают салатам необыкновенный аромат и красоту. Нежные цветы обычно оставляют целиком и посыпают ими салат непосредственно перед подачей на стол, чтобы они не обесцветились под воздействием соуса.

• К неядовитым цветам относятся: гвоздика садовая, анютины глазки, бурачник лекарственный (огуречник), герань, настурция, роза, душистый горошек, ноготки (календула), василек, гипсофила.

• Цветы большинства трав также можно употреблять в пищу, это: шнитт-лук (лук-резец), майоран, мята, ореган (душица), тимьян, лаванда.

• Никогда не используйте цветы в больших количествах, так как у некоторых очень резкий запах и вкус.

Овощные блюда

• Все продукты для салата надо охладить до 8–10 °С (при этой температуре резко замедляется развитие микроорганизмов). И главное, нельзя смешивать охлажденные продукты с теплыми.

• При приготовлении салатов овощи следует нарезать ножом из нержавеющей стали, чтобы меньше разрушался витамин С.

• Чем мельче нарезаны мясо и овощи, тем эстетичнее выглядит салат.

• Сырые овощи лучше нарезать на пластмассовой или фарфоровой дощечках, поскольку деревянная впитывает сок.

• Приготовлять и хранить салат следует только в эмалированной, керамической или стеклянной посуде.

• Не храните длительное время овощи и зелень нарезанными: витамин С окисляется на воздухе.

• Редька для салатов потеряет едкий вкус и неприятный запах, если ее сначала натереть на терке, а затем несколько раз промыть холодной водой, откинуть на дуршлаг и после подсушивания добавить в салат.

• Картофель для салата не потемнеет, если отварить его с небольшим количеством уксуса.

• Свекла для салата будет вкуснее, если варить ее в несоленой воде. Чтобы в процессе варки свекла не потеряла свой цвет, добавьте в воду немного сахара или влейте квас, как это делали в старину.

• Чтобы свекла не окрасила все овощи в винегрете, ее нужно отдельно заправить растительным маслом и только после этого соединить с другими продуктами.

• Не варите свеклу и морковь вместе, так как они при этом теряют не только цвет, но и вкус.

• Если салат готовится из ранней белокочанной капусты, то для устранения горьковатого привкуса ее после шинкования помещают на 30 секунд в кипящую воду, затем вынимают и подсушивают.

• Вкусный салат из сырой цветной капусты (ее надо разобрать на мелкие кочешки), заправленный майонезом.

• Петрушка для салата станет ароматнее, если мыть ее в горячей воде.

• Зеленый салат для гарнира заправляют уксусом, солью и сахаром.

• Зеленый горошек для салата не следует варить в соленой воде: он может затвердеть.

• К столу отварной зеленый горошек можно подать с рубленым крутым яйцом или жареными гренками.

• Если в салате используется сырой репчатый лук, то его надо мелко нарезать, положить на дуршлаг, обдать кипятком и сразу же охладить холодной водой. От этого он станет вкуснее, а неприятный запах исчезнет.

• В сырые овощные салаты можно добавить ягоды, фрукты (смородину, крыжовник, вишню, сливу, яблоки, клюкву и т. д.), очищенные от зерен и косточек. Сок кислых ягод или фруктов заменит уксус или лимонный сок.

• Если вы любите в салате запах чеснока, положите туда корочку ржаного хлеба, натертую чесноком. Спустя некоторое время корочку выньте, но едва ощутимый запах чеснока останется.

• Можно посуду, в которой будет находиться салат, предварительно натереть чесноком.

• Салаты из свежих овощей нужно заправлять перед самой подачей на стол.

• Несколько капель лимонного сока или уксуса, добавленные в салат сразу же после приготовления, сохранят в нем больше витамина С.

• При заправке салатов вместо лимонного сока можно использовать сок ревеня.

• Если салат делают из помидоров, то при заправке его лучше использовать не уксус, а лимонный сок.

• Солить салат надо перед самой подачей к столу. Если посолить заранее, то овощи выделят много сока.

• Растительное масло нужно подливать в салат только после того, как салат посолили, добавили уксус и перец (соль в масле не растворяется).

• Салаты из овощей заправляют майонезом, сметаной или уксусом непосредственно перед едой, так как, постояв 2–3 часа, они теряют почти всю питательную ценность. Не стоит готовить салат на несколько дней: и невкусно, и пользы мало.

• Майонез или другую заправку надо доводить до вкуса (добавлять соль, сахар, перец и др.) сразу, еще не положив в салат, – тогда его не придется лишний раз перемешивать.

• Салат с майонезом и винегрет приобретут особо приятный вкус, если перед подачей к столу положить в них ненадолго лимонную корочку.

• Майонез в салате можно заменить сметаной, если добавить в нее растертый желток сваренного вкрутую яйца и 1 чайную ложку горчицы.

• Винегреты и салаты не стоит готовить впрок. Заправлять их рекомендуется маслом, соусом, майонезом только перед подачей на стол.

• Каждый компонент винегрета лучше заправлять растительным маслом по отдельности (тогда даже свекла не окрасит другие компоненты); можно для более тонкого вкуса добавить столовую ложку молока и чайную ложку сахарного песку.

• Салат сначала смешивают с соусом или заправкой в миске или в кастрюле, а затем уже перекладывают в салатницу, чтобы края ее оставались чистыми.

• Компоненты салата можно укладывать в салатник слоями, не смешивая их, а сверху залить соусом. Это зависит от вида салата.

• Салаты можно подавать в салатнице, на блюде или отдельными порциями в маленьких салатницах, а также на ломтиках хлеба.

• Салат следует украшать умеренно, чтобы видно было, из чего он состоит.

• Практически ко всем салатам в качестве украшения подходят свежие помидоры, огурцы, стручковый перец, редис, укроп, листья петрушки, сельдерея и т. д. Зелень обычно укладывают целой веточкой. Огурцы для украшения нарезают вдоль тонкими пластинками и свертывают в виде воронки, можно использовать и кружочки огурцов.

• Салат, да и любую закуску, очень украсит «веер» из огурцов. Нарежьте крепкие небольшие огурчики вдоль не до конца тонкими пластинками и расправьте – вот вам и «веер».

• Хороши для украшения салатов ломтики сваренных вкрутую яиц, а также вареная свекла и морковь.

• Если на стол подается несколько салатов, не украшайте их

одинаково, проявите свою фантазию.

• Салаты можно использовать как фарш для помидоров, огурцов; их можно также положить в корзиночки из песочного теста либо на кусочки предварительно поджаренной колбасы.

• Сок из овощных консервов не выливайте, его можно использовать для приготовления других блюд. Очень вкусны с ним картофельный, рисовый и грибной супы.

• Для приготовления баклажанной икры необходимо баклажаны и болгарский перец (целиком, только помыть) запечь в духовом шкафу, вынуть и охладить, затем с баклажанов снять кожицу, с перца – кожицу и семена. Помидоры очистить от кожицы (для этого на 30 секунд помидоры опустить в кипяток – кожица лучше снимается), семян и жидкой части, репчатый лук и чеснок очистить. Все овощи мелко порубить или пропустить через мясорубку. Заправить солью и растительным маслом.

• Для приготовления овощного рагу предварительно нужно корневые овощи, баклажаны, кабачки, капусту нарезать кубиками, затем их слегка обжарить до образования золотистой корочки (все овощи обжаривают по отдельности), спассеровать лук; нарезанные репу и брюкву предварительно бланшируют (2–3 минуты), чтобы уменьшить горечь. Баклажаны нарезают ломтиками, солят, выдерживают 25–30 минут, промывают (можно подержать и в посоленной воде), чтобы тоже уменьшить горечь. Только потом режут на кусочки, подсушивают, панируют в муке и жарят. Консервированный зеленый горошек кладут в рагу за 5 минут до готовности. Овощи (кроме белокочанной и цветной капусты, кабачков и тыквы) после тепловой обработки смешивают, заливают соусом (красным, томатным или сметанным) и тушат 10–15 минут – с момента, когда закипит соус; затем добавляют кабачки, тыкву, капусту и снова тушат 10–15 минут – до готовности кабачков и тыквы; за 5 минут до окончания кладут консервированный горошек, специи и в конце (если нужно) кладут растертый с солью чеснок.

• Готовя овощные блюда, уксус, помидоры, томатную пасту, лимонную кислоту, рассол добавляйте в почти готовое блюдо.

• В овощных блюдах сок лимона можно заменить соком ревеня.

• Готовое овощное блюдо не оставляйте на горячей плите, так как это приводит к разрушению витаминов.

• При повторном разогреве жареных и запеченных овощей жир не нужен. На сковороду нужно добавить немного воды или молока, положить овощи, плотно закрыть крышкой и нагревать на слабом огне не менее 5 минут.

• Голубцы лучше жарить в духовом шкафу, а не на плите, так

как в шкафу они румянятся одновременно со всех сторон и нет необходимости их переворачивать.

• Овощные голубцы готовят в двух вариантах; заливая их крутым кипятком, получаете постное блюдо, а заливая сметаной – скоромное.

• В капустную или морковную запеканку вместо манной крупы можно добавлять пшеничную муку, белый хлеб или густой молочный соус.

• Запеканки готовят в духовке в специальных формах или в обычной высокой сковороде.

• Если вы квасите огурцы, помидоры, капусту и другие овощи в жаркое время, то выставлять их на холод необходимо сразу же после засолки. Если заготовка проводится в холодное время, то овощи сначала проквашивают 3–5 дней при комнатной температуре.

• Чтобы овощи, засоленные в открытой посуде, не плесневели, поверх них кладут нарезанный стружками хрен.

• Не выливайте в раковину огуречный или капустный рассол и отвар от очищенных овощей – это ценные питательные продукты, из которых можно приготовить много вкусных и полезных блюд.

• Не используйте в каком бы то ни было виде домашние заготовки, если крышки банок полностью герметично не закрыты.

• Во избежание пищевых отравлений кипятите все домашние заготовки с низкой кислотностью (наиболее часто закатывают помидоры, зеленую фасоль, кукурузу, морковь и свеклу) как минимум 10 минут перед употреблением в пищу.

ГРИБЫ

• Свежие грибы покупайте толстые, плотные, без повреждений, с равномерной окраской.

• Собранные грибы нельзя долго хранить. По возвращении из леса очистите, обмойте грибы и начинайте готовить.

• При очистке свежих грибов отрезайте только нижнюю, загрязненную часть ножки.

• Мыть свежие грибы следует непосредственно перед использованием – мягкой щеточкой или влажной тканью. Никогда не подвергайте грибы продолжительному промыванию или замачиванию (кроме случаев, описанных ниже); они впитают в себя воду и станут водянистыми.

• Чтобы очищенные грибы не чернели, их опускают в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной и подкисленной водой.

• Избавиться от червей в свежих грибах нетрудно: у гриба надо отрезать ножку, трубчатый слой у шляпки срезать и выбросить, а ножку разрезать вдоль и положить вместе со шляпкой в миску с крепко подсоленной водой. Через 2–3 часа все живые личинки осядут на дно миски, грибы можно обмыть и готовить для еды.

• Перед тем как варить грибы, их тщательно проверяют и отбрасывают те, которые вызывают подозрение. Отбрасывать нужно также червивые, перезрелые и дряблые грибы.

• Перед варкой грибы нужно ошпарить кипятком, проварить 5–10 минут с луковицей, отвар вылить, снова промыть холодной водой. Варить можно с добавлением лимонной кислоты, а потом обжарить.

• Долго варить грибы не следует: они станут твердыми.

• Для сушки отбирают нестарые крепкие грибы.

• Грибы перед сушкой надо очистить от сора, обрезать корешки, отделить шляпки от ножек. Крупные шляпки разрезать на части. Грибы, предназначенные для сушки, не моют.

• У белых грибов корешки полностью или частично отрезают так, чтобы осталось не более половины. Корешки сушат отдельно. У подберезовиков и подосиновиков корешки не отрезают, а весь гриб разрезают по вертикали пополам или на четыре части.

• Нанизав шляпки и корешки грибов на тонкие прутики или лучинки, уложите их поперек противня так, чтобы они не касались друг друга. Под концы прутиков подложите брусочки.

• Сушить грибы следует при невысокой температуре (50 °С). Дверца духового шкафа все время должна быть приоткрыта, чтобы не скапливались испарения и грибы подсыхали

равномерно.

• Досушивать грибы, снятые с прутиков, можно в алюминиевой миске на газовой конфорке, поверх которой необходимо положить асбестовую подставку.

• Чрезвычайно прост способ сушки грибов в холодильнике. Для этого достаточно разложить очищенные грибы на листы бумаги и слоями разместить в нижней части холодильника. Через 1,5–2 недели извлечь их из холодильника и положить на хранение. При сушке таким способом грибы получаются более мягкими.

• Если грибы отсырели, их следует подсушить в умеренно нагретом духовом шкафу или печке, иначе они начнут плесневеть и портиться.

• Сушеные грибы необходимо замочить в теплой воде на 15 минут, пока они не станут мягкими. Затем их необходимо промыть и удалить жесткие ножки. Жидкость, в которой замачивались грибы, необходимо процедить через бумажное полотенце или марлю, чтобы удалить песок. Эта жидкость может быть использована для приготовления бульонов, супов и соусов.

• Несмотря на то что сушить грибы люди научились много веков назад, варить бульон из них даже теперь умеют не все. Лучше всего это делать так: грибы перебрать, промыть, замочить в холодной воде примерно на 2,5 часа, полученный настой процедить, слить в другую кастрюлю, а грибы еще раз промыть (чтобы не остались крупинки песка), вновь залить водой, варить до готовности (около 2,5 часа) и в конце варки добавить слитый ранее настой. При таком способе варки потери свободных аминокислот, определяющих вкус бульона, витаминов и других веществ, много меньше.

• Сушеные грибы лучше усваиваются организмом, если их размолоть на кофейной мельнице или растолочь в «грибную муку». Из такой муки можно приготовить не менее вкусные соусы и грибные супы, чем из целых грибов.

• Чтобы сушеные грибы стали такими же ароматными, как и свежие, подержите их 2–3 часа в соленом молоке или в молоке, наполовину разбавленном соленой водой.

• Солить можно все пригодные в пищу грибы, но чаще всего для этого используют только пластинчатые, так как трубчатые грибы при засолке становятся дряблыми.

• Каждый вид грибов надо солить отдельно.

• Грибы, содержащие млечный сок: волнушки, грузди, подгруздки, валуи и другие – перед посолом отваривают или вымачивают, чтобы удалить горькие, раздражающие желудок вещества. После отваривания грибы надо промыть холодной

водой.

• Заплесневелые соленые грибы надо тщательно перебрать и промыть холодной, слегка подсоленной водой и залить свежим, более крепким маринадом или рассолом.

• Чтобы маринад был светлым и прозрачным, пену во время варки грибов надо снимать. Пряности в маринад следует класть только тогда, когда он окончательно очищен от пены.

• Варить грибы в маринаде надо 10–15 минут. Грибы считаются готовыми, когда они начинают опускаться на дно, а рассол становится прозрачным.

• Гели появилась плесень у маринованных грибов, ее нужно снять, грибы перебрать, промыть подсоленной водой, залить свежим маринадом, пастеризовать и закатать крышками.

• Чтобы грибы в маринаде не заплесневели, налейте сверху немного растительного масла.

• Из маринованных или соленых грибов можно приготовить второе блюдо. Чтобы удалить излишнюю кислотность из маринованных грибов и соль из соленых, надо 5–7 минут прокипятить их в воде, отвар слить. Долго варить не нужно, иначе грибы станут твердыми.

• Готовя салат из соленых или маринованных грибов, рассол или маринад предварительно сливают, а грибы перебирают, промывают, крупные шляпки нарезают ровными кусочками.

• Гели маринованные грибы используют для приготовления соуса, то их не следует долго варить, так как они становятся твердыми.

• У маслят, кроме нижней загрязненной части ножки, рекомендуется снимать верхнюю кожицу шляпки.

• Маслята и моховики – идеальные грибы для соления и маринования. Это же относится к опятам, шляпкам подберезовиков и белых грибов.

• У сморчков и строчков шляпки отрезают от ножек, замачивают на 1 час в холодной воде, тщательно промывают, 2–3 раза меняя воду, затем варят в подсоленной воде 10–15 минут. Отвар обязательно выливают. После этого грибы можно варить или жарить.

• Из белых грибов готовят бульоны, соусы, их солят и маринуют. При любом способе приготовления белый гриб не меняет присущего ему цвета и аромата.

• Подосиновики и подберезовики для приготовления супов непригодны, так как дают темные отвары. Их жарят, тушат, солят и маринуют.

• Очищенные ножки подосиновиков при варке не потемнеют, если их варить не разрезая. Сваренные ножки охлаждают и

нарезают.

• Маринад для подберезовиков и подосиновиков не почернеет, если перед варкой грибы залить кипятком, выдержать в этой воде 5–10 минут, затем промыть холодной водой.

• Крупные, но крепкие подберезовики и подосиновики лучше сушить. Мариновать их не стоит: при варке шляпки развариваются, маринад становится мутным.

• Грузди и рыжики используются в основном для засолки.

• Сыроежки жарят и солят, а сморчки только жарят.

• С сыроежек легче снять кожицу, если предварительно обдать их кипятком.

• Опенок настоящий. Известно также его второе название – осенний гриб. Особенно вкусны опята соленые и маринованные. Опенок настоящий похож на ядовитый ложный опенок. У съедобного опенка шляпка коричнево-желтая, у ложного – ярко-желтая, красноватая. У настоящих опят пластинки светло-бурые, иногда покрыты ржавыми пятнышками, у ложных – серовато-зеленые или дымчато-черные.

• Опенки жарят. Мелкие шляпки этих грибов очень вкусны в соленом и маринованном виде.

• Лисички, в отличие от других грибов, никогда не бывают червивыми. Их жарят, солят и маринуют.

• Лисички очень вкусны, если их поджарить в масле с большим количеством лука, а под конец сбрызнуть лимонным соком.

• Лисички и валуи перед маринованием отваривают в подсоленной воде в течение 25 минут, откидывают на сито и промывают. Затем закладывают в кастрюлю, заливают необходимым количеством воды и уксуса, добавляют соль и еще раз кипятят.

• Трюфели – одна из лучших деликатесных приправ к блюдам и закускам из мяса, дичи и птицы. Их также добавляют в некоторые соусы. К столу трюфели надо подавать только свежеприготовленными, так как аромат их быстро улетучивается.

• Шампиньоны очень вкусны и ароматны. Их используют для приготовления соусов, супов, а также как приправу к различным блюдам из рыбы, мяса, птицы, дичи. Достаточно добавить в соус только отвар из шампиньонов, чтобы придать ему очень приятный аромат и тонкий вкус.

• Пряности с острым запахом ухудшают вкус шампиньонов.

• Наиболее простой способ приготовления шампиньонов – нарезать их ломтиками, потушить и заправить майонезом.

• Для придания блюду аромата можно купить один-два дорогих гриба, в зависимости от силы их запаха, а основную

массу будут составлять нейтральные по вкусу и не такие дорогие шампиньоны.

• Лучше всего грибы тушить, жарить на сковороде или на гриле.

• Чем мельче нарезаны грибы, тем вкуснее будет блюдо.

• В суп или в рагу никогда не кладите грибы сырыми. Если вы варили сырые грибы, то и на вкус они покажутся сырыми. Лучше грибы слегка поджарить, тогда они будут вкуснее и приятнее на вид.

• Перед обжариванием или тушением грибы надо предварительно отварить. После того как вы отварили грибы, их надо промыть холодной водой (чтобы избавиться от песка), обсушить и мелко порезать.

• Свежие грибы сначала потушите на сковороде без масла 15–20 минут, затем добавьте масло, а спустя 10 минут посолите.

• Если вы хотите подрумянить грибы без жира, сильно разогрейте сковороду. Мелкие грибы положите целыми, а крупные нарежьте кусочками и постоянно мешайте, пока грибы не подрумянятся. Затем сразу же снимите грибы с огня и образовавшийся сок вылейте в готовящееся блюдо.

• Свежие белые грибы не варите в соусе, а добавьте их в самом конце, нарезав ломтиками и слегка обжарив их в сливочном масле.

• Пересоленные грибы исправляют добавлением муки, риса, картофельного пюре, сметаны, лука – в зависимости от степени пересола.

• Приятный вкус придаст грибам сметанный соус. Грибы рекомендуется заливать сметанным соусом только после того, как они хорошо прожарились.

• Грибы в сметане готовят следующим образом: укладывают на сковородку, посыпают тертым сыром, заливают сметаной с молотыми сухарями, сбрызгивают маслом и запекают.

• Грибная икра будет острее, если добавить в нее лимонный сок или уксус.

• Полакомиться только что собранными грибами можно прямо в лесу. Намотав на палочку кусок проволоки, можно изжарить «шашлык» из грибов на костре. Особенно вкусно получится, если окунуть каждый гриб в растительное масло.

• Ядовитые грибы. Мякоть желчного гриба, в отличие от белого, на изломе краснеет.

• Ложная лисичка отличается от съедобной внутренней окраской шляпки. Съедобная лисичка вся одинакового цвета, а у ложной лисички пластинки окрашены значительно ярче, чем весь гриб.

• Несъедобная сыроежка имеет ярко-красную шляпку, а съедобная – шляпку различных оттенков желтого цвета.

• У ложного опенка шляпка ярко окрашена, чего никогда не бывает у съедобного опенка.

• Сатанинский, или чертов, гриб очень похож на подосиновик. Шляпка у него светло-коричневая или бело-серая, низ шляпки красноватый. Белая мякоть на изломе меняет цвет сначала на красный, а затем на синий.

• Бледную поганку (лжешампиньон) от шампиньона можно отличить по окраске нижней стороны шляпки. У шампиньонов она розовая или черно-красная, у бледной поганки – белая, зеленоватая или желтоватая.

ЖИРЫ

• Жир, снимаемый с бульона, можно использовать для приготовления других блюд, так как он отличается нежным вкусом и ароматом. После выпаривания влаги и процеживания этот жир особенно хорош для фритюра и тушения овощей.

• Смеси животных жиров (говяжье сало со свиным) применяют для обжаривания мяса и птицы.

• Смеси растительных и животных жиров хороши для рыбы и овощей, мучных изделий.

• Лучшими жирами для фритюра считаются говяжье и свиное топленое сало, растительное рафинированное масло и кухонные маргарины. Сливочное масло и столовый маргарин для этой цели непригодны.

• При жарке во фритюре изделия должны плавать в жире.

• Перегретый жир при жарке снижает качество блюд – у них будет горьковатый вкус. Если появился малейший дым, значит, началось горение жира. Немедленно уменьшите нагрев или добавьте немного свежего холодного жира.

• Жиры после трехкратного использования нужно процедить через металлическое сито, чтобы удалить обуглившиеся частицы, оставшиеся от предыдущих жарок.

• Если жиры, оставшиеся после жарки, залить холодной водой и прокипятить, все запахи из них улетучатся.

• Подгоревший жир можно улучшить, добавив в него воду в соотношении 3:1 и основательно прокипятив. После того как вода почти полностью испарится, положите в него мелко нарезанную луковицу и подогрейте еще 15 минут. Затем удалите с поверхности пенку и процедите жир.

• Когда жарят во фритюре, посуду наполняют жиром наполовину – жир при нагревании сильно пенится.

• Жир при жарке будет меньше разбрызгиваться и пениться, если на сковороду насыпать немного соли.

• Масло для жаренья блинов можно наносить на сковороду не только половинкой картофелины, но и половинкой луковицы. Этим мы прижариваем лук, вводя тем самым в масло пряности.

• Не подливайте масло в процессе жарки, а рассчитайте заранее, сколько вам его понадобится. Если жарить придется много, то сразу же подготовьте побольше перекаленного масла и продолжайте на нем готовить в несколько партий, не добавляя новую порцию холодного масла, потому что именно от этого возникает чад.

• Не всегда при разогревании готовых блюд нужен жир.

Вместо него можно использовать небольшое количество жидкости – бульон, горячую воду, молоко, овощной отвар – в зависимости от того, какая жидкость входит в рецептуру блюда, например, в картофельное пюре можно добавить немного горячего молока, в соус – бульон, в тушеные овощи – овощной отвар и т. д.

• Доброкачественное сливочное масло должно быть плотным, не слишком мягким и не должно крошиться. Если масло крошится, обладает неприятным, едким запахом, значит, оно было приготовлено из несвежей сметаны или неправильно хранилось.

• Масло в жаркую погоду не растает, если масленку завернуть в салфетку, смоченную в столовом уксусе или в соленой воде.

• Масло, купленное на рынке, следует тщательно обмыть холодной водой.

• Если масло несвежее, то прежде всего его надо хорошо промыть холодной водой.

• Если масло начинает попахивать, перетопите его с кусочком хлеба. Когда хлеб приобретет золотистый цвет, выньте его – хлеб вобрал в себя неприятный запах масла.

• Для устранения неприятного привкуса сливочного масла его нужно промыть водой с содой. На 1 кг масла следует взять 0,5 л воды и чайную ложку соды. После этого масло нужно несколько раз промыть, меняя воду.

• Прогорклое сливочное масло можно залить холодной водой, прибавить чайную ложку питьевой соды и тщательно размешать. Слив воду, добавить стакан молока на каждый литр масла и перетопить.

• Если нужно осветлить масло, нагревайте его на очень маленьком огне в широкой мелкой сковороде. После того как масло растопилось, слейте его в керамическую или фарфоровую посуду, оставляя на сковороде белую накипь.

• Чтобы растопить масло и при этом не дать ему подгореть, добавьте в него немного подсолнечного масла. Тогда масло может нагреться до более высокой температуры без подгорания.

• Вкус, цвет и аромат сливочного масла улучшатся, если его тщательно растереть с зеленью петрушки, укропа, сыром, фисташками, сельдью, сардинами или желтками. Такое масло используют для бутербродов, а также для оформления и улучшения вкуса мясных и рыбных блюд.

• Сливочное масло, предназначенное для бутербродов с колбасой, ветчиной, бужениной, рекомендуется смешивать с небольшим количеством горчицы или соуса «Южный».

• Для приготовления закусочных бутербродов (канапе) рекомендуется употреблять взбитое сливочное масло.

• Сливочное масло при жарке не потемнеет, если раскаленную сковороду предварительно смазать растительным маслом или добавить на сковороду сырой картофель.

• Не следует пользоваться для жарки сливочным маслом, так как оно быстро выгорает и, кроме того, сильно разбрызгивается и дымит.

• Чтобы быстрее взбить масло, его надо нарезать на куски, положить в миску и поместить в кастрюлю с горячей водой. Затем миску вынуть, поставить в холодное место и начать взбивание.

• Остатки масла, маргарина, фарша быстрее «отклеятся» от бумаги, если вы на минуту подставите пакет под струю холодной воды.

• Блюда из птицы, молодой баранины, телятины и говядины, гуляши получаются вкуснее, если их приготовить на топленом масле. Оно незаменимо при тушении мяса, обжаривании овощей, приготовлении пюре и овощей.

• Для получения топленого масла сливочное масло распустить в кастрюле на слабом огне, чтобы испарилась жидкость, затем снять с огня, дать остыть и отстояться. Когда масло затвердеет, нужно проколоть его до дна вилкой, оставшуюся там жидкость слить, масло снова растопить и осторожно перелить в другую кастрюлю так, чтобы поджарившаяся сыворотка осталась в первой кастрюле. Затем масло снова распустить и вытапливать до тех пор, пока оно не приобретет золотистый цвет. Под конец в кастрюлю можно всыпать щепотку муки, которая, свернув остатки сыворотки, опустится с ними на дно. Готовое топленое масло слить в банку, остудить и только после этого завязать пергаментной бумагой.

• Несколько нарезанных сырых морковок, добавленных в топленое масло, устранят его неприятный запах.

• Сырое сало нарезают небольшими кубиками (если хотят получить шкварки) или пропускают через мясорубку (для получения большего количества смальца), кладут в кастрюлю, солят, заливают водой и вытапливают на слабом огне, периодически помешивая, чтобы шкварки не приставали ко дну кастрюли.

• Чтобы получить хорошо подрумяненные шкварки, вытопленное сало следует слить, а шкварки снова поджарить.

• Шкварками посыпают некоторые блюда, подают их к хлебу или приготавливают из них вкусные мучные блюда.

• Никогда не смешивайте подкожное и нутряное сало, так как нутряное менее устойчиво при хранении.

• Доброкачественный шпик должен быть твердым, не клейким, белым, а не желтым.

• Салу можно придать вкус масла. Для этого говяжье, баранье или свиное сало нарежьте небольшими кусочками, положите в кастрюлю и залейте молоком так, чтобы они были только покрыты. Кастрюлю поставьте на огонь. Когда молоко прокипит, полученный жир следует процедить и хранить в холодном месте.

• Для получения смальца сырое сало вытапливают. Предварительно его очищают от кусочков мяса, так как во время вытапливания неочищенное сало сильно брызжет, а готовый смалец быстрее портится.

• Готовность смальца определяют по мелким пузырькам на поверхности и по запаху.

• Если в результате плохого хранения смалец приобрел горьковатый привкус, залейте его водой и проварите с кусочком сырой моркови или поджаренной хлебной коркой.

• Смалец с привкусом можно употребить для поджаривания лука, который «перебьет» нежелательный привкус.

• Гусиный жир содержит несколько больше воды, чем свиной, но имеет более низкую температуру плавления и, следовательно, легче усваивается.

• Растительное масло легче усваивается, но при сгорании в организме дает меньше тепла, свиной жир труднее усваивается, но дает большее количество тепла, поэтому летом лучше употреблять блюда, приготовленные на растительном масле, а зимой – на свином жире.

• Растительное масло не прогоркнет, если добавить в него немного соли.

• Рафинированное масло можно нагревать значительно сильнее, чем нерафинированное.

• Нерафинированное масло перед использованием следует отфильтровать или осторожно слить в другую посуду, стараясь не взбалтывать осадок.

• Растительное масло можно осветлить, если на 1 л масла прибавить 3 стакана воды и стакан уксуса и варить в течение 30 минут, а затем дать отстояться и осторожно слить в другую посуду.

• Можно растительное масло осветлить, прибавив 1 чайную ложку соли на 1 л масла. Через 3 дня масло переливают в другую бутылку.

• При жарке изделий на растительном масле рекомендуется добавлять топленое масло из расчета на 1 кг растительного масла – 300 г топленого.

• Масло, на котором уже жарили, можно использовать еще раз, процедив его и добавив несколько капель лимонного сока. Исчезнет запах и вкус горелого.

• Налейте подсолнечное масло на сковородку слоем 0,5 см и сделайте средний огонь, чтобы оно нагревалось, но не кипело. Через 2–3 минуты масло посветлеет, а еще через 2 минуты над ним покажется едва заметный, но едкий дымок. Бросьте в масло щепотку крупной соли. Если она с треском отскочит от поверхности масла, значит, масло перекалилось. Из него выпарились вода и всякие иные примеси. Теперь оно не будет изменяться при нагревании, на нем будет легче жарить.

• Перекаливание лучше производить не на сковороде, а в казанке, сотейнике, кастрюльке.

• Еще один способ улучшить масло – добавить к нему в момент перекаливания пряности (лук, чеснок, анис, семена укропа). Вынуть их надо через 2–3 минуты, так как они обугливаются. Пряности придадут маслу аромат, устранят специфические запахи.

• По составу, калорийности и вкусовым качествам маргарины сходны со сливочным маслом. Вместе с растительными маслами, из которых производится маргарин, – подсолнечным, соевым, арахисовым и др. – в организм человека попадают исключительно важные для здоровья, обладающие антисклеротическими действиями полиненасыщенные жирные кислоты. Они известны под названием витамина F. Этим витамином бедны животные жиры, в том числе сливочное масло. Кроме того, в отдельные виды маргарина добавляются жирорастворимые витамины А и Д.

• Кухонные маргарины можно ароматизировать, обжарив в них белые коренья и морковь.

• Конопляное масло вкусно и питательно, но обладает неприятным запахом и привкусом. Их легко устранить следующим образом: нашинкуйте пять средних головок лука, смешайте их с 0,5 л масла и вскипятите в кастрюльке 5–6 раз, не снимая с огня. Во время последнего кипячения влейте 1 столовую ложку холодной воды, быстро снимите кастрюльку с огня, чтобы масло не сбежало, и процедите его.

• Прованское масло от консервов (шпрот, сардин, сайры) можно добавлять в салаты с рыбой горячего копчения.

СОУСЫ, МАРИНАДЫ

Соусы

• При выборе компонентов для соуса необходимо учитывать их совместимость. Если соус готовят с желтками и сметаной, то лимонный сок или кислоту добавляют в него непосредственно перед подачей на стол.

• Горячий соус состоит из крепкого бульона, сметаны, молока, сливок, овощного или грибного отвара, животных и растительных жиров, уксуса или кислого вина. В него могут входить помидоры, томат-паста, морковь, петрушка, репчатый лук, пшеничная мука и другие продукты. Температура горячего соуса – 70 °С.

• Горячие соусы являются составной частью вторых мясных и рыбных блюд.

• Основой для горячего соуса является бульон. Для мясных блюд соусы готовят на мясокостном или костном бульонах, а для рыбных – на бульоне из рыбных отходов (головы без жабр, хребтовые и реберные кости, плавники и хвосты).

• Готовить соусы следует в сотейнике или в кастрюле с толстыми стенками и дном.

• Во многих соусах используют муку. Ее обязательно обжаривают на сковороде с жиром или без него. Если добавлять в соус необжаренную или плохо прожаренную муку, он будет иметь неприятный вкус и тягучую консистенцию.

• По интенсивности окраски поджаренной муки различают красную и белую пассеровку. При красной пассеровке муку поджаривают до коричневого цвета и появления запаха жареных орехов. При белой пассеровке мука почти не изменяет цвет, а запах соответствует запаху масла, при котором производилась пассеровка. Белую пассеровку применяют для приготовления молочных и сметанных соусов.

• Если в соус положена мука, разведенная в холодной воде, то он не должен сильно кипеть.

• Для того чтобы получить соус без комков, муку разводят в подсоленной воде.

• Если мучная заправка взялась комками, протрите ее через сито, добавьте немного воды и тщательно размешайте.

• Если соус не получается гладким, нужно его вновь поставить на огонь, довести до кипения и оставить на медленном огне на 2 минуты, все время взбивая.

• Для того чтобы соус на продуктах задерживался, а не стекал

с них, вместо муки можно добавить крахмал, разболтанный в воде.

• Масло сливочное – один из самых распространенных и простых способов придания соусу красивого «шелковистого» вида. В то же время масло слегка сгущает соус и улучшает его вкус. Чтобы положить в соус сливочное масло, нужно: снять кастрюлю с огня, затем маленькими кусочками (размягченное, но нерастопленное), по одному добавлять сливочное масло. Кастрюлю при этом нужно осторожно вращать, чтобы масло крутилось в соусе (или постепенно вбивать его в соус).

• Лучше всего получается соус для телятины, баранины, домашней птицы и дичи, если масло сначала поджарить, потом положить в него мясо, дать ему зарумяниться и тогда уже прибавить разведенную в молоке муку (1 столовую ложку муки на 2 стакана молока).

• Готовя соусы для рыбы, овощей или смешанные горячие соусы, прежде всего растирают масло с мукой (поставив на огонь), а затем постепенно вливают необходимую для соуса смесь.

• Соус, заправленный сливочным маслом, нельзя доводить до кипения, так как это может разрушить нестойкое соединение масла с другими продуктами.

• Как добиться, чтобы соус был однородным: растопите жир на медленном огне, не доводя его до кипения, добавьте муку и перемешайте. Когда мука смешается с жиром, добавляйте жидкость, постоянно помешивая.

• Соус с мукой получается очень приятным на вкус, если после уваривания его взбить венчиком.

• Желток надо класть в готовый соус, а не варить, так как он легко свертывается.

• Для улучшения вкусовых качеств в соус добавляют пряности: лавровый лист, мускатный орех, гвоздику, перец, тмин и др.

• Все ароматические вещества рекомендуется класть в соус за 10–15 минут до готовности, а молотый красный и черный перец – после процеживания соуса.

• Пряности можно заменить зеленью петрушки, укропа, сельдерея, кинзы, эстрагона и др. Их надо связать в пучок и положить в соус, а когда соус готов, зелень вынимают.

• Пряности для соуса нужно использовать очень осторожно: взятые в излишке, они портят вкус соуса.

• Мускатный орех придает соусам особый вкус, но вводить его нужно в конце приготовления и в очень маленьком количестве.

• Корицу или лимонную цедру кладут в конце приготовления

соуса, чтобы пряность не потеряла аромат.

• Вина, добавленные в соусы, улучшают их вкус. Для белых соусов следует брать белое столовое вино, для красных – мадеру или портвейн.

• Вино необходимо использовать высокого качества, поскольку букет вина передается готовому блюду.

• Белые вина хорошо подходят к нежной птице и рыбе; красные вина имеют более сочный вкус и хороши для говядины и дичи.

• Для того чтобы вкус соуса не был резким и кислым, вино необходимо прокипятить до уменьшения объема примерно в два раза. Таким образом выпаривается алкоголь, вино делается более концентрированным и создает стойкий аромат.

• Не кипятите вино в алюминиевой посуде, иначе у готового блюда может появиться металлический вкус.

• Вино может быть использовано для растворения сока на сковороде или в качестве соуса для тушения фруктов.

• Два кусочка сахара, растворенные в небольшом количестве уксуса, заменяют белое вино в любом соусе.

• Вместо уксуса в соус можно добавить лимонную кислоту или лимонный сок.

• В соус с желтками и сливками лимонный сок добавляют перед самой подачей к столу, так как от кислоты желтки и сливки свертываются.

• Кроме уксуса, в соус можно добавить в качестве приправы щавель, ревень, барбарис. Их вводят в виде пюре, сока или отвара.

• Вместо томата-пюре в соус можно добавить яблоки кислых сортов, сливы (алычу, мирабель) и ягоды.

• Нельзя долго варить зеленые оливки, маринованные грибы, овощи и ягоды, которые добавляют в соусы, так как они от этого твердеют. Их закладывают в горячий соус за 15 минут до использования.

• Если для приготовления соуса нужен маринад, в него вместо сахара можно положить сливовое или вишневое варенье из расчета на 1 л маринада – 30 г варенья или повидла.

• В рыбные и мясные соусы соль необходимо класть в конце, так как мясной бульон и уха могут быть уже посолены.

• Сырая картофелина поможет исправить пересоленный соус, если ее поместить туда вместе с кусочком сахара, за 5 минут до подачи на стол.

• Вкусовые качества многих соусов повысятся, если в них перед подачей к столу втереть сырой желток, сметану или сливочное масло.

• Горячие соусы до подачи лучше всего поставить на водяную

баню. Для предотвращения появления пленки на готовом соусе его поверхность сбрызните растопленным маслом и накройте посуду крышкой.

• Соус охлаждают и хранят на холоде. Готовый соус не рекомендуется долго хранить.

• Чтобы проверить качество соуса после хранения, его следует прокипятить. Появление пены свидетельствует о непригодности соуса.

• Соусники для горячих соусов должны быть предварительно нагреты.

• Соусы на мясном бульоне. Белые соусы можно готовить на всех бульонах, кроме грибного, и овощных отварах.

• Лучше всего готовить белые соусы на бульоне, сваренном из кур, цыплят, индеек, телятины, кроликов.

• Чтобы белый соус, приготовленный на рыбном бульоне, получился острее, его надо проварить с огуречным рассолом, добавив в конце варки белое вино и сливочное масло.

• Красные соусы готовят на коричневом бульоне, получаемом от длительной варки (10–12 часов) поджаренных костей, а также от варки говядины, телятины, кур, индеек, мясо которых идет на вторые блюда.

• Чтобы томатный соус стал острее, в него добавляют лимонную кислоту, или отжатый сок лимона, или белое сухое вино (50–100 мл на 1 кг соуса).

• Солить соус до заправки томатом-пюре не рекомендуется, так как томат сам по себе может быть соленым.

• Томат-пюре или томат-пасту, прежде чем заправлять ими соус, нужно прогреть.

• Вместо томатной пасты в соус можно положить пюре из яблок, кислых слив, айвы и т. д.

• Готовя томатный соус, варить в нем лук и корнишоны нежелательно – их можно мелко нарезать и посыпать уже готовое блюдо с соусом.

• Рыбные соусы приготовляют на бульонах, получаемых при варке рыбы и рыбных отходов.

• В рыбный соус не следует класть мускатный орех: он придает соусу горький вкус.

• Чтобы повысить калорийность овощных и рыбных блюд, к ним необходимо подавать более жирные соусы – сухарный, польский.

• Вместо сухарей для приготовления сухарного соуса можно использовать кукурузные хлопья. Хлопья нужно измельчить, поджарить и смешать с маслом.

• Сметанные соусы готовят из сметаны с белой пассеровкой

или из сметаны с добавлением белого соуса.

• Сметанный соус чаще всего делают для овощных и крупяных блюд.

• К отварному мясу подают сметанный соус с луком или хреном.

• Молочные соусы готовят из молока и белой пассеровки с добавлением специй.

• Молочный соус станет намного вкуснее, если пшеничную муку подсушить, растереть со сливочным маслом, развести горячим молоком, проварить и процедить.

• Яично-масляные соусы готовят из сливочного масла, сырых или сухих яичных желтков с добавлением лимонного сока или лимонной кислоты и соли. Сухие желтки перед использованием просеивают через частое сито и смешивают с пятикратным количеством холодной воды (на 100 г порошка – 0,5 л воды), тщательно растирая до получения однородной массы.

• Для предупреждения свертывания желтков, ведущего к отмасливанию соуса, необходимо в смесь (до ее проваривания) добавлять холодную воду.

• При проваривании температура соуса должна быть не выше 70 °С. Во время варки необходимо постоянно соус помешивать.

• Соус не должен кипеть после того, как вы добавите яйца и сливки. Иначе он свернется.

• Яично-масляный соус будет иметь более приятный вкус и слегка желтоватый цвет, если в него добавить молочный или белый соус (25–30 % от массы основного соуса).

• Холодные соусы подают к холодным блюдам из рыбы, раков, дичи и овощей. К холодным соусам относится майонез, соус-хрен и т. д.

• Для холодного соуса-майонеза используют подсолнечное или оливковое масло, желтки свежих яиц, готовую горчицу, лимонный сок или уксус, соль и сахар.

• Готовя соус-майонез, используйте растительное масло, охлажденное до 12–16 °С.

• К некоторым горячим мясным блюдам, к жареной дичи подходит кисло-сладкий соус. В этом случае майонез можно развести пополам с джемом или тертыми яблоками, смешанными с сахаром.

• Для холодных соусов больше подходит винный или фруктовый уксус.

• Масло и уксус в соус-майонез добавляют по каплям, яйца варят вкрутую, но так, чтобы не была голубоватой граница между желтком и белком (соус может приобрести сероватый цвет).

• Вводя в майонез различные продукты, можно получить

соусы с разными вкусовыми качествами. Если добавить сок лимона в майонез, можно сделать соус нежнее и обогатить его витаминами.

• «Обмаслившийся» (с разрушенной эмульсией) соус-майонез можно исправить. Выпустите в отдельную посуду желток и, тщательно размешивая, понемногу вливайте туда соус. Если «обмаслился» майонезно-сметанный соус, можно добавить немного кипятка и тщательно вымешать, пока соус не станет однородным.

• Если самодельный майонез свертывается и не может сгуститься, надо поместить в отдельную посуду новый желток и вместо масла понемногу прибавлять свернувшийся майонез. После того как майонез будет исправлен, добавляют необходимое количество растительного масла.

• Для приготовления горчичного майонеза берут 2 желтка, 1 чайную ложку горчицы, 100 г растительного масла, 0,5 чайной ложки лимонного сока или уксуса и соль.

• Соус-майонез с корнишонами, зеленью подают к жареным горячим рыбным блюдам.

• Майонез нельзя замораживать, а также нагревать выше 50 °С, так как это приводит к разрушению эмульсии.

• Кислоту соуса-хрена можно уменьшить, если ввести в него натертую свеклу или сырые сладкие яблоки. Можно слить часть жидкости, добавить кипяченую воду, соль, сахар и тщательно перемешать (слитую часть можно использовать для следующей порции соуса).

• Температура холодного соуса – 10–18 °С.

• Для холодных блюд и закусок рекомендуется применять готовые томатные соусы.

• Перед тем как подать холодный соус на стол, его необходимо перемешать, а затем соединить с другими продуктами.

• Холодные соусы подают в круглых соусниках с соответствующими ложками и для холодных блюд.

• В овощной соус с томатом добавляют не только морковь и репчатый лук, но и свеклу или свежую капусту.

• Вкус овощного соуса намного улучшится, если в него вместо сахара положить сливовое или вишневое повидло, тщательно растертое с небольшим количеством соли. На 1 кг соуса с томатом надо 45 г повидла, а на 1 кг соуса со свеклой – 30 г.

• Овощной соус лучше подавать к столу холодным.

• Луковый соус с горчицей (на основе красного) нельзя кипятить: исчезнет запах горчицы.

• Уникальный вкус у соевого соуса, который готовится из

ферментированных соевых бобов, смешанных с жареной пшеницей. Темный соевый соус традиционно обогащает вкус и делает темными густые мясные блюда; светлый – гораздо более соленый с менее острым вкусом, он прекрасно дополняет дары моря, овощи, супы.

• Соус «Табаско» готовится из перцев чили, пропитанных уксусом. Соус добавляют в супы, рагу, соусы, омлеты и маринады. Соус очень острый и жгучий, поэтому добавлять надо только несколько капель и обязательно пробовать блюдо, чтобы понять степень его остроты. Бутылку с соусом, после того как вы ее откроете, храните в холодильнике.

• Фруктовые соусы готовят из свежих, зрелых, отборных яблок, абрикосов, персиков, айвы и других фруктов.

• Очищенные от кожицы и семян, слегка уваренные с сахаром фрукты обладают хорошим вкусом и ароматом. Они могут в зимний сезон заменить в соусах, приправах, киселях свежие фрукты.

• Фруктовые соусы подают к крупяным и мучным блюдам, к рисовым и манным котлетам, пудингам, запеканкам, блинчикам, кашам, оладьям и т. д. Эти соусы можно добавлять в майонез и использовать для заправки салатов.

• В соусы малиновый, земляничный, смородиновый не кладут пряности, так как они отбивают ягодный аромат.

Маринады

• Уксус, лимонный сок или маринады на винной основе хорошо размягчают жесткие волокна мяса. Мясо во время маринования нужно несколько раз перевернуть.

• Маринады на основе растительного масла увлажняют мясо и подходят для свинины и курицы.

• Маринады на основе йогурта обычно используются при приготовлении курицы или баранины.

• После маринования продукты подлежат быстрой кулинарной обработке – хранить их нельзя.

• Маринад, приготовленный на основе уксуса или растительного масла, рекомендуется использовать для смазывания мяса во время жарки.

• При приготовлении маринованного мяса образуется вкусная корочка.

• Самое простое – мариновать продукты в полиэтиленовых пакетах.

• Соедините в пакетах ингредиенты для маринада, мясо, птицу или рыбу. Завяжите пакет, выдавите из него лишний воздух

и положите в холодильник.

• Если вы маринуете продукты в миске, то она должна быть сделана из стекла, керамики или нержавеющей стали, чтобы миска не окислилась.

• Мясу и птице надо мариноваться от 1 до 3 часов; рыбе – от 15 до 30 минут. Чем больше в маринаде кислоты (уксуса, лимонного сока, кефира), тем короче время маринования. Маринад проникает на глубину 1 см, поэтому не ждите, что он достигнет середины толстых кусков.

• Продукты в маринаде не стоит передерживать, ибо они станут расползаться.

• Маринад из-под сырого мяса, птицы или рыбы не должен соприкасаться с готовой пищей.

• Выдерживать продукты в маринаде (кроме овощей) необходимо в холодильнике. При комнатной температуре маринованные продукты могут находиться не более 30 минут.

• Маринад можно использовать в качестве соуса. Для этого его перед подачей на стол минуты две нужно прокипятить. Оставшийся маринад нужно вылить, использовать его второй раз не рекомендуется.

Пряности и специи, приправы

Пряности, специи и приправы в кулинарии широко применяют не только для улучшения вкуса и аромата, но также для придания блюду определенного цвета.

Пряности и специи

• Очень важно в кулинарии умело пользоваться определенным сочетанием пряностей, чтобы они дополняли друг друга. Например, мясо можно лишь нашпиговать чесноком с перцем, а можно приготовить из него блюдо, в соус для которого добавить необходимый букет пряностей.

• При покупке пряностей и специй выбирайте по возможности целые семена, плоды, почки и кору таких видов, как тмин, кардамон, перец-горошек, ямайский перец, гвоздика, кассия и палочки корицы, поскольку они дольше сохраняют аромат и вкус, чем порошкообразные пряности, а при необходимости их можно легко измельчить. Свежие корни, например имбирь и калган, и свежее лимонное сорго играют важную роль в приготовлении некоторых блюд, тогда как в сухом виде у них совершенно меняется вкус.

• Добавление пряностей в пищу позволяет снизить норму

соли.

• Умеренное количество пряностей и специй не только благотворно влияет на вкус пищи, но, воздействуя на организм и увеличивая выделение пищеварительных соков, обеспечивает более полное усвоение.

• От сильного нагревания большинство специй (перец, лавровый лист и т. д.) теряет аромат, поэтому их следует добавлять в конце тепловой обработки или в охлажденную пищу.

• Сухие специи и пряности (перед тем как положить в приготовляемое блюдо) рекомендуется прогреть на сковороде, тогда ярче проявится их аромат. Можно также неизмельченные специи перед закладкой выдержать 5 минут в горячей воде – это улучшит их аромат.

• Методы приготовления пряностей и специй:

Подсушивание. Сухое обжаривание усиливает вкус таких специй, как тмин, кориандр, фенхель, горчица и мак. Разогрейте сковороду на среднем огне в течение 1 минуты, высыпьте на нее специи и подержите их на огне 2–3 минуты, часто помешивая или встряхивая сковороду, чтобы семена не подгорели, или же дождитесь, когда специи начнут издавать теплый насыщенный запах. Снимите сковороду с огня, пересыпьте специи в приготовленную посуду или растолките в ступке.

Обжаривание на масле. Целые специи иногда обжаривают на масле либо перед добавлением других ингредиентов, либо для того, чтобы придать маслу вкус и аромат.

Измельчение. Специи часто измельчают или толкут, чтобы усилить их вкус и аромат. Лишь немногие виды, а именно шелуху мускатного ореха, сушеный имбирь, куркуму, корицу, кассию, трудно измельчить в домашних условиях, и потому их обычно продают в виде порошка. Лучше всего специи измельчать по мере необходимости. Если измельчать приходится заранее, то лучше делать это не раньше чем за день-два до использования. Для измельчения нетвердых сушеных пряностей – тмина, фенхеля, ажгона, укропа и гвоздики – пользуются фарфоровым пестиком и ступкой. Измельчать специи следует понемногу: не кладите в ступку больше 1–2 столовых ложек, передвигайте пестик круговыми движениями.

Некоторые более твердые специи, например шамбалу, семена кориандра и ямайский перец, можно успешно перемалывать в мельнице для перца. Существуют также специальные мельницы для мускатного ореха – наподобие тех, в которых измельчают перец.

Еще легче и быстрее можно измельчить твердые специи в электрокофемолке. Не заполняйте полной чашу и перемалывайте

специи непродолжительное время.

Свежие ингредиенты, такие как имбирь и чеснок, и более крупные специи, например чили, можно измельчать в ступке.

Влажные приправы можно приготовить с помощью кухонного комбайна.

Свежие корни, такие как хрен и имбирь, а также свежие мускатные орехи можно измельчить на мелкой терке или на блендере.

Дробление и давление. Некоторые пряности, такие как кардамон, можжевельник, имбирь и лимонное сорго, часто толкут, чтобы усилить их аромат или, как в случае с кардамоном, для извлечения семян.

Плоды можжевельника и кардамон слегка толкут в ступке. Или можно положить их в прочный полиэтиленовый пакет и раздавить скалкой.

Свежий имбирь, калган или лимонное сорго, которые добавляют в блюдо целиком во время приготовления, чтобы придать ему тонкий аромат, а перед тем как подать на стол, вынимают, можно раздавить (примять) с помощью широкого ножа или большого пестика на разделочной доске.

Чеснок чаще толкут, чем режут. Для того чтобы чеснок было легче чистить, разомните зубчик тупой стороной большого ножа. Простой и эффективный способ раздавить зубчики чеснока – срезать их концы у корня и поместить срезом вниз в пресс для чеснока. После того как чеснок будет раздавлен, кожицу просто убирают, без труда очищая пресс.

Есть еще один способ измельчить чеснок – обрежьте корневую часть у зубчика чеснока, поместите его в ступку и надавите один раз пестиком, чтобы освободить от кожицы. Уберите кожицу и растолките мякоть с маленькой щепоткой соли. Соль впитывает сок, который иначе пропадет, кроме того, соль не даст чесноку вылететь из ступки.

Нарезка. Некоторые свежие специи, такие как имбирь, чеснок и кафрское сорго, перед использованием нарезают соломкой или мелкими кусочками, чтобы усилить вкус и аромат.

Настаивание. Некоторые специи перед использованием всегда настаивают в теплой воде или другой жидкости.

Шафран при настаивании приобретает не только чудесный аромат, но и ярко-желтый оттенок. Подогрейте немного молока, или воды или другой жидкости, которые указаны в рецепте, положите туда шафран и оставьте настаиваться около 5 минут. Жидкость не сливайте – ее используют вместе с шафраном.

Тамаринд при настаивании выделяет острый сок, который используют как лимонный сок или уксус, чтобы придать блюду

кислый привкус.

• Хрен – многолетнее растение из семейства, в которое входит горчица. Хрен – длинный, жесткий, конусообразный корень. У него стойкий, очень резкий и острый привкус. Соус из хрена подают к блюдам из рыбы, мяса, дичи.

• Корень хрена лучше всего выбирать длиной 20–25 см и толщиной 2–3 см. Поверхность его должна быть ровной и светлой, а мякоть – белой.

• Если хрен оставить на ночь в холодной воде, то его легко будет натереть и не будет рези в глазах.

• Корни хрена быстро высыхают и становятся вялыми, поэтому перед чисткой их следует опустить на 4–6 часов в воду.

• Хрен не обязательно измельчать на терке. Можно его измельчить в блендере или мелко нарезать и пропустить через мясорубку. Чтобы потом очистить мясорубку, достаточно пропустить через нее маленький кусочек булки.

• Пропуская через мясорубку хрен, наденьте на выходной патрубок мясорубки полиэтиленовый пакет и плотно завяжите – не будет щипать глаза.

• Чтобы натертый хрен не потемнел, его сбрызгивают лимонным соком или уксусом и перемешивают.

• Тертый хрен заправляют сметаной или соком свеклы, можно добавить сахар и немного уксуса.

• Калган. Существует большой и малый калган. Большой обладает хвойным ароматом и острым вкусом. В запахе малого калгана присутствует перечный оттенок, поэтому разновидности рекомендуется использовать раздельно.

• Со свежего большого калгана следует снять тонкий слой кожуры и нарезать его ломтиками. Ломтики можно растолочь и использовать для приправы.

• Малый калган (более волокнистый корень) подготавливают так же, как и большой.

• Калган применяют в блюдах из рыбы и курицы. Его часто измельчают вместе с луком, чесноком, чили и имбирем, чтобы получить острую пасту. Ломтики калгана добавляют в тайские супы вместе с лимонным и кафрским сорго. Перед употреблением ломтики следует вынимать.

• Имбирь используют в основном для приготовления блюд восточной кухни, овощных маринадов и сдобных мучных изделий.

• У свежего имбиря пряный, остро-сладкий вкус. Если надрезать свежий корень имбиря, вы ощутите освежающе-резкий запах лимона. Покупая имбирь, ищите твердые, тяжелые корешки.

• Ломтики имбиря добавляют в маринады или острые блюда, причем в последнем случае имбирь выкладывают на край тарелки во время еды.

• Имбирь следует резать влажным ножом, стряхивая излишки воды.

• Чтобы получить тертый имбирь, очистите или соскребите верхний слой кожуры с куска свежего имбирного корня. Лучше тереть на мелкой терке или на специальной терке для имбиря (они продаются в отделе азиатских продуктов в крупных супермаркетах).

• Тертый, рубленый или толченый имбирь кладут в макаронные изделия и тушеное мясо. Можно использовать его сырым в салатах. Имбирь не только ароматизирует мясо, но и делает его более мягким.

• Для жареных блюд имбирь режут соломкой величиной со спичку.

• Если имбирь нужно вынуть из готового блюда, перед тем как подать на стол, то его корень лучше размять плоской стороной ножа.

• Молотый имбирь – порошок песочного цвета, широко используемый при изготовлении выпечки как домашним, так и промышленным способом.

• Имбирь следует вводить в тесто либо в процессе замеса, либо в конце его; при тушении мяса – за 20 минут до готовности; в компоты, кисели, муссы, пудинги и другие сладкие блюда – за 2–5 минут до готовности; в соусы – после окончания тепловой обработки. Норма закладки имбиря – до 1 г на 1 кг теста или мяса.

• Сушеный имбирь используют при консервировании, кладут в уксус для придания аромата.

• Маринованный имбирь – острая приправа в китайской кухне. Сладкий красный маринованный имбирь с добавлением красителя имеет пряный сладкий, но острый вкус.

• Консервированный имбирь – сочный, нежный. Молодой имбирь, очищенный и законсервированный в сиропе, – сладкий, довольно острый и служит в качестве закуски или приправы к острым блюдам.

• Рубленый засахаренный и кристаллизованный имбирь – сладкий ингредиент.

• Куркума – крепкое ярко-желтое корневище, напоминающее имбирь. У куркумы перечный запах и вкус с легким оттенком дерева, после нее во рту остается горьковатый привкус.

• Применяется в небольших количествах для окраски блюд из риса и для придания свежего, острого аромата овощам, супам и

закускам.

• Куркуму очищают как имбирь. Сок куркумы очень пачкает руки, поэтому полезно надеть резиновые перчатки. Очищенную свежую куркуму можно нарезать, растолочь, пропустить через мясорубку или растереть вместе с другими ингредиентами и приготовить так же, как свежий корень имбиря.

• В рецептах, где среди ингредиентов значится шафран, его можно заменить сухой молотой куркумой. Применять куркуму вместо шафрана можно из соображения экономии – она дешевле шафрана.

• В домашних условиях куркуму трудно измельчить, поэтому лучше покупать уже молотую специю, но следует покупать немного. Измельченная куркума долго сохраняет способность окрашивать, но быстро теряет свой аромат.

• Больше всего куркуму ценят как компонент карри (особенно рыбных карри), поскольку она придает карри не только привкус, но и характерный желтый цвет. Кроме того, ее кладут в маринады и разнообразные блюда из риса и овощей.

• Кардамон – пряный плод тропического растения из семейства имбирных. Плод кардамона имеет вид орешка, внутри которого расположены семена, которые используют в приготовлении сдобных булочек, печенья, пряников, коврижек. Семена добавляют также в сочетании с другими пряностями в некоторые соусы.

• Стебли лимонного сорго не имеют определенного запаха, пока их не нарежут, после чего появляется заметный лимонный привкус. Иногда в качестве замены рекомендуется цедра лимона, но ее не сравнить с острым привкусом лимонного сорго.

• Лимонное сорго добавляют во многие блюда – супы, жаркое, салаты, маринады, карри. Эта специя хорошо сочетается с кокосовым молоком, особенно в блюдах из рыбы, морепродуктов и курицы.

• Как приготовить свежее сорго? Отрежьте и выбросьте корень, затем отрежьте нижний толстый конец стебля длиной около 7,5 см и мелко нарежьте его. Разбейте молоточком твердый верхний конец стебля и добавляйте в подливы и супы, чтобы придать им особый привкус, но перед подачей на стол выньте кусочки стебля. Расщепив конец стебля с одной стороны, можно с помощью образовавшейся кисточки смазывать мясо жиром, уксусом или кокосовым молоком.

• Серех (молотое сушеное лимонное сорго) можно использовать вместо свежего растения – 1 чайная ложка равноценна одному стеблю.

• Плоды и листья кафрского сорго выглядят как сморщенный

зеленый лимон, стойкий запах сорго имеет специфический цитрусовый оттенок. Если измельчить листья и натереть цедру плодов, то запах цитрусов проявится более ярче.

• Измельченные листья и тертую цедру кафрского сорго добавляют в супы и карри.

• Лакрица – многолетнее растение из того же семейства, к которому относится горох. Кроме молотой лакрицы можно купить и ее сушеные палочки.

• Корни лакрицы чистят, толкут, а затем варят, собирая при этом лакричный экстракт.

• На срезе корень имеет ярко-желтый цвет и приятно пахнет. Он обладает сильным анисовым и вместе с тем горьковато-сладким вкусом.

• Лакрицу применяют в основном в изготовлении кондитерских изделий. Кроме того, ее добавляют в известное ирландское пиво «Гиннесс», ликеры, безалкогольные напитки.

• Гвоздика обладает слегка вяжущим, сладковатым вкусом и насыщенным запахом.

• Покупайте целую гвоздику, которая хранится дольше, если держать ее в прохладном месте, вдали от яркого света.

• Покупать молотую гвоздику следует в небольшом количестве, поскольку ее вкус и цвет вскоре пропадут.

• Гвоздику необходимо применять в строго умеренных дозах, так как даже минимальное количество ее придает пище очень сильный специфический запах.

• Гвоздика входит в состав множества классических приправ, в том числе в китайскую приправу из пяти специй, порошки карри, приправы для консервов, пряности для горячего вина и смесь молотых специй для выпечки.

• Гвоздика хороша в маринадах, солениях, ее добавляют в некоторые блюда из мяса и дичи, в соусы, в кондитерские изделия и сладкие блюда.

• Гвоздику надо закладывать в различные блюда в разное время: в маринады – в процессе их приготовления вместе с другими компонентами, в тесто и фарш – до тепловой обработки, в мясные блюда – за 10–15 минут до готовности, в бульоны, супы, компоты – за 3–5 минут до готовности.

• Чем более тонкий аромат гвоздики мы хотим придать блюду, тем позднее мы должны ее закладывать.

• Нельзя закладывать гвоздику в блюда, требующие длительной тепловой обработки и одновременно ранней закладки пряностей, например в пловы.

• Положите нашпигованную целой гвоздикой луковицу в утку, прежде чем поджарить ее.

• Нашпигуйте гвоздикой апельсин и немного подержите его в духовке – апельсин и гвоздика придадут аромат глинтвейну.

• Колюрия – это растение произрастает на Алтае. Запах его близок к гвоздике. Размолотые в порошок сушеные корни колюрии можно добавлять в тесто и в маринады вместо гвоздики.

• Корица обладает сладким и ароматным запахом и вкусом.

• Корицу употребляют либо в целом виде – палочки (жидкие блюда), либо в молотом (особенно в тесто или вторые блюда).

• Корица применяется для ароматизации соусов, маринадов, кондитерских изделий, при варке варенья, компотов, при изготовлении различных блюд из творога и т. д. Очень приятный вкус корица придает простокваше, варенцу, кефиру.

• Трубочки или палочки корицы добавляют целиком в запеканки, блюда из риса, в вино с пряностями и пунши, а также в сиропы, в которых варят фрукты.

• В Мексике палочками корицы помешивают горячий шоколад.

• Посыпьте молотой корицей горячий густой капучино.

• Корица улучшает вкус жирного мяса.

• Закладку корицы производят за 7–10 минут до готовности блюда (супы, компоты, горячие блюда) или непосредственно перед подачей на стол (салаты, творожные пасты, кефир, простокваша).

• Кассия по запаху и по вкусу похожа на корицу, но она грубее, острее и ароматнее, чем корица.

• Кассия обычно входит в состав острых блюд, в то время как корицу лучше использовать для сладких кушаний.

• Кассия – ингредиент различных приправ, в том числе и для консервирования, а также китайской приправы из пяти пряностей.

• Почки кассии напоминают гвоздику, их кладут в консервы, карри и острые блюда.

• Ваниль отличается насыщенным ароматом. Вкус соответствует запаху, в нем ощущается цветочная сладость.

• Стручки ванили обычно продают по одному или два, упакованные в длинные прозрачные пробирки. Стручки ванили сохраняют запах и вкус не менее 4 лет.

• Перед использованием стручок ванили раскрывают и вышелушивают из него семена. И стручок, и семена добавляют в еду.

• Чтобы в полной мере использовать вкус ванили, разомните стручок и залейте его горячим молоком или сливками, из которых будете готовить пудинги или мороженое. На один стручок необходимо 2,5 стакана молока. Когда молоко остынет,

стручок можно вынуть, сполоснуть, высушить, положить его в банку с ванильным сахаром, а затем использовать снова.

• Можно сделать ванильный сахар, положив расщепленный стручок в банку с 200–400 г сахарного песка. Каждый раз, когда вы берете сахар из банки, досыпайте в нее новый. Стручок может лежать в банке в течение года.

• Ваниль применяют исключительно только для сладких блюд.

• В сладкие блюда эта пряность вводится, когда в их составе нет продуктов, имеющих собственный ярко выраженный аромат. Например, в сливочном мороженом или креме ваниль вполне уместна, а в кофейном мороженом или креме нет – кофе имеет свой ярко выраженный аромат. Ваниль можно добавить в варенье из черешни, так как черешня обладает едва ощутимым запахом.

• Ароматный ванильный сахар добавляют в печенье, кексы, пудинги, торты, кремы.

• Ароматические вещества ванили способны улетучиваться, поэтому эту пряность нужно закладывать в блюдо в конце приготовления.

• Не кладите в сладкие блюда много ванилина – изделие будет иметь горьковатый вкус.

• Какао кладут в тесто, глазури, кремы, начинки. Какао лучше смешивается, если его при приготовлении теста подсеять к муке, а при приготовлении кремов и глазурей предварительно смешать с сахаром. Изделия, приготовленные с какао, быстро черствеют.

• Кожура цитрусовых, или цедра (апельсина, лимона, мандарина), очень ароматна и хорошо подходит для заправки сладкого теста и кремов. Перед употреблением плоды моют теплой водой и просушивают. Затем натирают на мелкой терке тонкий цветной слой, который используют сразу (измельченную цедру кладут в марлю и отжимают сок, которым и ароматизируют крем, желе и т. д.) или хранят, пересыпав сахаром, в закрытой стеклянной банке.

• Цукаты варят из корок цитрусовых. Их кладут в тесто для булок и пирогов, в начинки и используют для украшения тортов и пирожных.

• Тамаринд (индийский финик) имеет легкий, сладковато-кислый запах и насыщенный вкус – кислый и освежающий, напоминающий чернослив. Тамаринд продается в виде ломтиков, спрессованной мякоти или концентрата.

• Чтобы получить настой из тамаринда, необходимо:

– из прессованного: отделить примерно 1 столовую ложку тамаринда, залить $^2/_3$ стакана теплой воды и дать настояться 10 минут. Затем нужно размять пальцами, чтобы мякоть отделить от

семян, процедить через нейлоновое сито (не пользуйтесь металлическим ситом, поскольку металл взаимодействует с кислотой), выбросьте мякоть и семена, а жидкость используйте в блюдо;

– из ломтиков тамаринда: замочить их в $^2/_3$ стакана теплой воды в течение 30 минут, чтобы усилить вкус, размять пальцами, а затем процедить;

– из тамариндового концентрата: смешайте 1 столовую ложку концентрата с 4–6 ложками теплой воды и используйте, как указано в рецепте.

• Тамаринд обычно заменяет лимонный сок и является ингредиентом карри, блюд из чечевицы и бобовых, а также острых и кислых супов. Из тамариндового сока изготавливают освежающий напиток. Тамаринд входит в состав многих соусов.

• Лавровый лист можно купить свежим или сушеным, целым или молотым, но в измельченном виде он быстро теряет аромат.

• Измельченные и добавленные в блюдо лавровые листья придают ему пряный запах и вкус. Особенно сильно пахнут слегка увядшие листья, поэтому пользоваться ими следует осторожно.

• Лавровый лист придает своеобразный вкус множеству классических соусов. Его кладут в супы, запеканки, маринады, соте; нанизывают на шампуры вместе с другими ингредиентами, добавляют в консервы и даже кладут в некоторые сладкие блюда, особенно заварные кремы.

• Лавровый лист придает острый привкус жаренным на открытом огне или на рашпере кебабам. Нанизывайте один-два листочка на каждый шампур между ломтиками мяса.

• Лавровый лист раскладывают вокруг инжира, оставленного на просушку, так как он отпугивает долгоносиков.

• При продолжительной тепловой обработке лаврового листа пища приобретает горький привкус, поэтому лавровый лист добавляют в конце приготовления блюда. Обычно лавровый лист кладут в первые блюда за 5 минут до окончания варки, во вторые – за 10 минут.

• Лавровый лист нельзя оставлять в готовом блюде, так как он жесткий и имеет острый запах.

• Базилик обладает прекрасным тонким ароматом с разнообразными оттенками – лимонным, гвоздичным, мятным, перечным и др.

• Свежие или сушеные листья базилика применяют как пряную приправу в овощные маринады, соусы и для ароматизации некоторых восточных блюд.

• Вкус майорана напоминает сочетание мяты и перца. Его в свежем и сушеном виде добавляют в первые и вторые мясные,

рыбные и овощные блюда, заправляют им салаты и ароматизируют уксус.

• Майоран подходит к блюдам из фасоли, картофеля, помидоров, капусты. К говядине и телятине не подходит. Приятный вкус без горечи и остроты придает майоран рыбным фаршам.

• В фарш рекомендуется закладывать сухой майоран, предварительно растертый в порошок. В супы и соусы добавляют только настой майорана, для чего растения заливают небольшим количеством горячей воды, доводят до кипения и, процедив отвар, добавляют в соус или суп.

• Листья и молодые побеги эстрагона (тархуна) имеют приятный запах и используются для приготовления маринадов, салатов, соусов, настаивания ароматического уксуса, соления огурцов и как приправа к различным блюдам. Эстрагон входит в состав многих кавказских блюд.

• Молодые побеги портулака отваривают, заправляют чесноком, уксусом, перцем и применяют в качестве приправы к мясу и рыбе. Портулак также используется для приготовления из него салатов. В магазинах продается консервированный портулак.

• Листья карри продаются свежими или обработанными по методу вакуумной сушки, при котором они полностью сохраняют цвет и вкус.

• Листья карри, если их растереть или растолочь, имеют сильный, острый запах.

• Поджаренные на масле с семенами горчицы листья карри добавляют в чечевичный суп. Измельченные листья можно добавлять в маринады и омлеты. Их широко применяют в порошке карри и пастах, а также в блюдах из моллюсков. Если листья кладут целыми, их следует удалять перед подачей на стол.

• Шамбала обладает ароматом, напоминающим карри. У пряности острый вкус наподобие жженого сахара.

• Шамбала богата белками, минеральными веществами и витаминами, поэтому она является важным ингредиентом блюд из чечевицы и овощей.

• Листья шамбалы употребляются в сыром и сушеном виде часто в сочетании с овощами, такими как шпинат и картофель.

• Семена шамбалы мелкие, очень твердые, и их очень трудно измельчить в домашних условиях. Измельченные семена применяются в разнообразных видах домашних и покупных порошков карри, для рыбных и овощных блюд.

• Перед использованием семена следует подсушить: поджаренные, они приобретают приятный привкус, но их нельзя пережаривать – подгорелые семена горчат. Иногда семена

замачивают на ночь – мягкими их легче растереть в пасту.

• Осторожно добавляйте молотую шамбалу в пищу, поскольку она обладает резким вкусом.

• Семена шамбалы можно легко прорастить: положите 2–3 столовые ложки семян в банку, накройте ее марлей и туго завяжите. Промывайте семена 2 раза в день, пока не появятся ростки. Проросшие семена кладут в салаты, их можно использовать как начинку для бутербродов вместе с авокадо, помидорами или сыром.

• Красный перец горький (чили) – самая популярная из пряностей. Он обладает очень острым и жгучим вкусом. Чили кладут в маринады, консервы, приправы; в состав пикантных итальянских блюд из макарон входит свежий и сушеный чили.

• Приготовление свежего чили. Отрежьте и выбросьте плодоножку. Держа чили под струей холодной воды, чтобы масла не раздражали глаза и горло, разрежьте его от места прикрепления к стеблю до кончика плода. Выньте семяносец и семена. Затем тщательно вымойте руки, нож и разделочную доску, чтобы удалить с них масла. Не трите глаза и губы даже после того, как вымоете руки. Если у вас чувствительная кожа, при приготовлении чили следует надевать резиновые перчатки.

• Приготовление сушеного чили. Вымочить, затем разрезать тонкими полосками и добавлять в жаркое, супы и другие блюда. Полоски можно также хранить в банке, залитыми оливковым маслом; для придания своеобразного аромата можно добавить к полоскам различные травы. Чтобы приготовить пасту из чили, удалите хвостики и семена. Замочите чили в кипятке на 20 минут, затем растолките его в пюре вместе с жидкостью, пропитавшей стручки. Протрите пюре через сито, чтобы получилась однородная масса. Добавляйте в блюда во время приготовления. Пасту можно хранить в закрытой посуде в холодильнике не больше недели или заморозить на срок не больше года.

• При поджаривании вкус чили усиливается. Разогрейте сковороду, масло не добавляйте, положите чили, поджарьте (но не пережарьте, а то появится горьковатый привкус), переложите в другую посуду и измельчите.

• Более крупный, мясистый сушеный чили можно фаршировать мясом, рисом или овощами. Сделайте в стручке небольшой разрез по длине и удалите семена. Плодоножку не обрезайте.

Вымочите чили и обсушите. Осторожно нафаршируйте стручки и запекайте.

• Продукты из чили:

– кайенский перец – очень мелкий порошок, обладает жгучим вкусом, и пользоваться им следует осторожно. Является широко распространенной добавкой для острых крекеров, сыра, блюд из яиц. Его также добавляют в некоторые виды карри;

– молотый чили – порошок менее острый, чем кайенский, и более крупного помола;

– соус чили – соус «табаско» – приправа, основа которой является уксус и чили. Соусы чили используются в небольших количествах, в частности, для приготовления коктейля «Кровавая Мэри» и подаются с томатным соком;

– паста чили – продают в небольших банках, но можно приготовить и в домашних условиях: выньте семена из свежего чили и измельчите его в блендере до получения однородной массы. Для увеличения объема пасты можно добавить лук. Хранить пасту можно в холодильнике не дольше недели или в морозильной камере – 6 месяцев.

• Паприка (сладкий красный перец). Это мелкий порошок, изготавливаемый из особой разновидности перца с нежным вкусом. Порошок имеет ярко-красный цвет, обладает слабым сладковатым вкусом с оттенком горечи. Всегда проверяйте этикетку, на которой указана степень остроты порошка.

• Паприку можно приготовить в домашних условиях – из свежего перца удаляют сердцевину и семена, мякоть высушивают и растирают в порошок. Порошок используют в гуляшах, жарком и блюдах из курицы.

• Если вы купили свежую паприку, по виду напоминающую обычный или сладкий красный стручковый перец, но имеющую более заостренную форму, попробуйте нафаршировать ее бараниной, сваренной в томатном соусе и приправленной ореганом или тимьяном.

• Черный перец – одна из самых универсальных специй, обладает особым ароматом и очень острым вкусом.

• Для повседневного использования лучше всего держать перец горошком в мельнице и по мере необходимости измельчать его.

• Раздавленные горошины придают отбивным хрустящую, пикантную корочку. Для того чтобы раздавить перец, положите его в плотный полиэтиленовый пакет. Бейте по горошинам скалкой до тех пор, пока горошины не раскроются, но не нужно раздавливать их полностью. Перцем грубого помола хорошо посыпать утиную грудку перед приготовлением.

• Черный перец подходит и для сладких блюд. Его добавляют во фруктовые кексы и имбирные пряники; его можно подать в качестве легкой приправы к свежим фруктам. Попробуйте

посыпать молотым перцем ломтики свежего ананаса, поджарить их в сливочном несоленом масле и спрыснуть их ромом. Вкус свежей клубники сразу меняется, если посыпать ее небольшим количеством молотого перца, прежде чем добавить сливки. Сладкий, сочный инжир в сочетании с брынзой имеет великолепный вкус, если сдобрить его перцем.

• Длительная тепловая обработка черного перца горошком и лаврового листа снижает их ароматические свойства и придает блюду излишнюю горечь, поэтому их добавляют в пищу незадолго до окончания варки или тушения.

• Не следует добавлять в кипящий жир молотый перец, так как содержащийся в нем сахар карамелизируется при высокой температуре, в результате чего блюдо становится горьким.

• Белый перец не такой острый, как черный. Он нежнее черного, у него своеобразный, совершенно особый привкус. Его можно добавлять в молочные и сливочные соусы, в овощные пюре и протертые супы, где зернышки черного перца будет портить внешний вид.

• Черный и белый перец подают к столу отдельно, так же как и соль, уксус и горчицу.

• Душистый перец по внешнему виду напоминает черный; горошины душистого перца темно-коричневого цвета.

• Душистый перец, в отличие от черного, обладает более сильным пряным ароматом, напоминающим аромат гвоздики с корицей, а также значительно меньшей жгучестью. Используется душистый перец в маринадах, соусах, супах, рыбных блюд и т. п. Продается перец горошком и в порошке.

• Лучше размалывать душистый перец перед использованием, так как при хранении в порошке аромат значительно снижается.

• Сычуаньский (анисовый) перец – плод дерева, принадлежащего к семейству ясеневых. Имеет острый запах с легким оттенком цитруса. Сухое поджаривание усиливает приятный перечный вкус.

• Сычуаньский перец продается целым или молотым, входит в состав китайской приправы из пяти специй и в состав японской приправы из семи специй. Хорошо сочетается с курицей и уткой.

• Розовый перец – своеобразная приправа, но он не обладает жгучим, острым вкусом и не может заменить обычный перец.

• Розовый перец почти не пахнет, но если его растолочь, начинает издавать слабый сладковато-перечный аромат. На вкус он сладкий, после него остается сладковато-перечный привкус.

• Сушеный розовый перец часто смешивают с другими видами перца и измельчают в мельнице.

• Его используют для приправы к рыбе. Использовать перец

нужно осторожно (например, 10–12 горошинок в одно блюдо), чтобы избежать нежелательных реакций на эту пряность.

• Ямайский перец пахнет гвоздикой, мускатным орехом, корицей, в нем можно различить оттенок мускатного цвета и перца горошка.

• В толченом или молотом виде запах перца усиливается.

• Покупать перец желательно целиком и измельчать его по мере необходимости, так как молотый перец быстро теряет характерный запах.

• Ямайский перец используется как составляющая сладких блюд и праздничной выпечки, в том числе рождественских пудингов, кексов и печенья. Его кладут в мясные блюда и консервы.

• Семена папайи имеют легкий запах, который с высыханием семян слабеет. У свежих семян острый вкус, напоминающий вкус горчицы и кресс-салата.

• Толчеными семенами папайи можно приправить мясной фарш для тефтелей или приготовить маринад для мяса. Их также кладут в приправы для салатов или в соусы, подаваемые к рыбе. Ими можно улучшить и вкус фруктового салата. В следующий раз разрезая папайю, вспомните, прежде чем выбросить семена, сколько интересных применений можно найти для них.

• Ажгон. Семена ажгона используют для блюд из фасоли и бобов, добавляют в лепешки, пироги, закуски. Ажгон хорошо сочетается с продуктами, богатыми крахмалом. Прежде чем использовать семена ажгона, разотрите их пальцами; при этом он приобретает сильный запах и вкус тимьяна.

• Семена тмина обладают сладковатым, слегка перечным ароматом. По вкусу они напоминают фенхель или анис. Растение лучше всего срезать рано утром, пока семена не осыпались с соцветий. Срезанные стебли тмина оставляют сохнуть и дозревать в течение недели, а затем собирают выпавшие семена.

• Тмин применяется при выпекании хлеба, булочек. Хорошо его добавлять также в жирное мясо и тушеную капусту. Он входит в состав как острых, так и сладких блюд. Издавна тмин клали в сыры. Тмин служит приправой для колбас и других мясных блюд. Его листья можно добавлять в салаты или использовать в качестве гарнира. Корень, по виду напоминающий морковь, обладает тем же вкусом, что и семена; его можно готовить как пастернак – запекать или отваривать. Тмин входит в состав джина и шнапса. Семена можно настоять в кипятке и подать в качестве питательного напитка в завершение трапезы.

• Кориандр (кинза) принадлежит к тому же семейству, что и петрушка и морковь. Семена кориандра – крохотные шарики

светло-коричневого цвета размером с горошинку перца. Зелень этого растения носит название «кинза».

• Сушеные семена кориандра обладают стойким, очень приятным запахом жженого апельсина. Молотые семена приобретают нежный, сладковатый привкус; их можно долго хранить, и они легко перемалываются в порошок.

• Предпочтительнее использовать свежемолотые семена кориандра, поскольку они отличаются более насыщенным ароматом, чем готовый молотый кориандр. Последний довольно быстро утрачивает вкус и запах.

• Запах семян кориандра заметно усиливается при поджаривании. Нагрейте сковороду без масла, положите семена и встряхивайте их над слабым огнем, пока они не начнут испускать насыщенный аромат. Прежде чем перемалывать семена, дайте им немного остыть.

• Свежемолотый кориандр можно добавить в домашний томатный соус или соус бешамель, можно использовать порошок как приправу для морковного, пастернакового или тыквенного супа. Можно положить кориандр в тесто для хлеба.

• Семена кориандра часто смешивают с семенами тмина: две специи подсушивают вместе, прежде чем измельчить.

• Сумах – это грозди красных ягод, которые собирают незадолго до созревания, а затем сушат. Запах – своеобразный, терпкий; вкус – приятно-кислый.

• Молотый сумах можно приобрести в магазинах восточных товаров.

• Иногда плоды используют целыми, не вынимая маленькое коричневое зернышко. Их измельчают, затем держат 15–20 минут в теплой воде и выжимают вяжущий сок. Сок процеживают и обычно добавляют в еду незадолго до ее приготовления.

• Молотым сумахом перед приготовлением хорошо приправлять рыбу, курицу, бифштексы, кебабы, а также добавлять в картофель, свеклу, бобовые, чтобы придать им своеобразный вкус.

• Сок сумаха можно использовать для маринадов и приправ к салатам.

• Кунжут – семена мелкие и плоские, красного, коричневого, черного или желтого цветов. В продаже могут быть черные семена кунжута, но в основном продаются семена в кожуре, белые. Иногда в продаже бывает поджаренный кунжут темно-бежевого цвета.

• Семена кунжута почти не пахнут, но, если их подсушить, ореховый аромат и вкус усиливается.

• Кунжут и кунжутное масло широко применяется в

китайской кулинарии. Кунжутом посыпают перед приготовлением тосты с креветками, ломтики яблок, поджаренных в жидком тесте и покрытых карамелью. Семенами кунжута часто посыпают сладкие и соленые крекеры. Кунжутное масло часто добавляют в маргарин, используют в качестве кулинарного жира и ароматического ингредиента. Кунжутное масло не портится от длительного хранения даже при высокой температуре и влажности.

• Фенхель принадлежит к тому же семейству, что и петрушка, и обладает сладковатым ароматом с легким оттенком аниса.

• Лучше всего покупать фенхель в виде семян и измельчать его по мере необходимости.

• Фенхель хорошо сочетается с рыбой, особенно жирной, такой как скумбрия, сельдь, лосось.

• Сухие стебли фенхеля можно жечь в мангале при поджаривании рыбы, чтобы благодаря дыму она приобрела своеобразный вкус.

• Если перед пользованием подсушить и растолочь семена фенхеля, их запах и вкус усилятся. Сначала подсушите семена на сковороде в течение 1–2 минут, пока они не начнут источать запах, а затем растолките их в ступке.

• Толченые семена фенхеля кладут в блюда из свинины, баранины, в приправы для салатов, в майонез. Фенхель входит в состав китайской приправы из пяти специй. Толченые семена кладут в пресную и сладкую выпечку: в хлеб, булки, кексы и печенье.

• Анис состоит из двух соединенных долек, его убирают в начале созревания и хранят до тех пор, пока плоды не созреют полностью. Во время обмолота семена отделяют от цветочных головок. Семена крошечные, яйцеобразные, с тонкими полосками на зеленовато-сером фоне. По вкусу анис немного похож на фенхель. Вкус усиливается, если семена поджарить без масла.

• Семена аниса имеют сильный приторный запах, напоминающий лакричные, поэтому добавляйте анис в блюдо осторожно. Покупайте семена аниса в небольших количествах, по мере употребления.

• Анис используют для приготовления некоторых соусов, блюд из рыбы и молочнокислых продуктов, кондитерских изделий, напитков и при консервировании овощей.

• Анис кладут также в диетические кондитерские изделия. Благодаря своему специфическому вкусу анис скрывает отсутствие соли в диетическом хлебе.

• Плоды аниса звездчатого (бадьян) убирают незадолго до созревания. Спелые плоды имеют красновато-коричневый

оттенок, в каждом луче звездообразной коробочки помещается семя янтарного цвета. В качестве специи используются и молотая коробочка, и семена.

• Хотя внешне звездчатый анис заметно отличается от обычного аниса, обе специи обладают очень похожим запахом и вкусом, напоминающим своеобразный запах и вкус лакрицы.

• Звездчатый анис – одна из наиболее важных пряностей в китайской кухне, ее вкус преобладает в китайской приправе из пяти специй. Чаще всего целые звездочки аниса или их части используются в рецепте «чайных яиц». Отварите яйца в кипящей воде в течение 10 минут, затем дайте остыть в той же воде. По всей поверхности осторожно разбейте скорлупу, чтобы по ней пошли трещинки, но не очищайте яйца. Положите яйца в холодную воду, добавьте соевый соус, звездчатый анис, соль и чай и варите на слабом огне 1,5–2 часа. Оставьте яйца на ночь в той же воде, затем очистите яйца – их поверхность будет покрыта тонкими извилистыми линиями. Разрежьте каждое яйцо на четыре части и подайте к столу.

• Звездчатый анис хорошо сочетается с уткой и свининой. Целые звездочки или их части можно добавлять в блюда, требующие длительного приготовления. Попробуйте положить целую звездочку вместе с луком в подготовленную утку или курицу и зажарьте птицу – специя придаст мясу восточный привкус.

• Толченые ягоды можжевельника имеют запах джина и скипидара.

• Можжевельник используют в производстве джина, горького ликера и шведского пива. Он считается превосходной приправой к дичи, оленине, утке, кролику, свинине, ветчине и баранине. Кроме того, его ценят как отличную добавку в мясные паштеты.

• Чтобы использовать плоды можжевельника в маринадах и как приправу для жаркого, нужно измельчить их в мельнице для перца или просто растолочь ягоды пестиком в ступке или чайной ложкой в чашке.

• Немного измельченного можжевельника можно добавить во фруктовые десерты, кексы и пудинги. Можжевельник хорошо сочетается с яблоками – попробуйте добавить щепотку в яблочное печенье или фруктовое пирожное.

• Шафран – это желтовато-оранжевые рыльца цветов крокуса, которые собирают вручную, а затем высушивают.

• Рыльца шафрана настаивают на спирту или в небольшом количестве теплой веды или молока, пока жидкость не приобретет насыщенный цвет. Добавить жидкость и рыльца в блюдо лучше в конце его приготовления, а в тесто – при замесе.

Молотый шафран можно сразу добавлять в блюдо, не вымачивая.

• Шафран придает изделиям желтую окраску, аромат и приятный вкус. Он употребляется при фаршировании рыбы, приготовлении теста, им ароматизируют плов, его добавляют в супы из морепродуктов. Эта специя также широко применяется для сладких блюд, сладкого риса, вермишелевого пудинга и различных десертов.

• Использовать шафран надо в небольших количествах, иначе получается лекарственный запах.

• Кумин – острая специя, его добавляют в супы и тушеное мясо, используют в блюдах из риса и овощей. Кумин можно класть в квашеную капусту, маринады, колбасы и сыр.

• Кумин обладает сильным пряным, сладким ароматом и слегка горьковатым, острым привкусом. Его нужно использовать вместе с кориандром, тогда горечь нейтрализуется. Покупайте семена и измельчайте их по мере необходимости, чтобы добиться лучшего вкуса. Семена черного кумина обладают более сладким и деликатным ароматом, нежели семена белого кумина.

• Шалфей в свежем или сушеном виде (в очень малых дозах) употребляют при жарке или тушении рыбы, добавляют в маринады, фарши, паштеты.

• Семена укропа славятся сладковатым и ароматным букетом, едва уловимым тминным привкусом, легкой и приятной горечью. Покупайте целые семена, которые дольше хранятся, если держать их вдали от яркого света.

• Семена укропа на вкус резкие и хороши в маринадах, консервации, хлебе и овощных блюдах.

• Толченые семена укропа хорошо сочетаются почти со всеми рыбными блюдами: добавьте щепотку этих семян к густому соусу для рыбного пирога или в йогурт, вместе с чайной ложкой мелко нарезанного лука или чеснока и подайте полученную смесь в качестве соуса к жареному свежему лососю или филе трески.

• Укроп также используется в блюдах из яиц, таких как яичный майонез.

• Из укропного уксуса или толченых семян получается приправа к салату из смешанных морепродуктов, рубленой капусте или картофельному салату. Добавьте чуть-чуть укропа в домашний хлеб и подайте его к овощным супам, например морковному или томатному.

• Зеленый сушеный укроп можно измельчить в мелкий порошок и использовать повседневно вместо перца в качестве приправы.

• Семена сельдерея следует использовать понемногу, поскольку они обладают довольно сильным, а иногда даже

горьковатым привкусом.

• Старайтесь покупать целые, а не заранее размолотые семена сельдерея и измельчайте их непосредственно перед употреблением.

• Целые семена сельдерея можно добавлять в тесто для хлеба или для бисквитов с сыром, которые подают к супам и острым блюдам. Несколько семян можно положить в отварную морковь, запеченные помидоры или салаты; хорошо их добавить в блюда из яиц и рыбы.

• Молотые семена сельдерея можно смешать с солью или молотым перцем. Их количество должно быть небольшим из-за острого вкуса.

• Чтобы приготовить тонизирующий напиток с сельдереем, добавьте щепотку семян сельдерея в стакан томатного сока с большим количеством колотого льда.

• Старайтесь покупать целые, не лопнувшие коробочки кардамона, внутри они имеют три отсека, в каждом помещается ряд крохотных коричнево-черных семян. Коробочки срезают (до того, как они созреют) в небольших количествах, поскольку при длительном хранении они теряют аромат и вкус. Готовый молотый кардамон встречается редко, и использовать его не рекомендуется: семена быстро теряют свои свойства после того, как их вынимают из коробочек.

• Кардамон имеет приятный, слегка напоминающий лимонный привкус с явным оттенком эвкалипта и камфары, который освежает дыхание, если пожевать семена. Это идеальное средство против запаха чеснока или спиртного.

• Кардамон используют в приготовлении как сладких, так и острых блюд – мороженого, молочных пудингов, кексов, пирогов, карри, плова, консервов, сельди и др.

• Мускатный орех и мускатный цвет – различные части одного и того же плода мускатного дерева. Для них характерен ни с чем не сравнимый сладкий запах. Обе специи обладают похожим вкусом – правда, орех немного слаще.

• Мускатный цвет продается либо в виде целых чешуек, либо в виде порошка. Его добавляют в ароматные соусы на молочной основе; широко применяют в мясных кушаньях, супах, соусах из рыбы, морепродуктов, особенно креветок, а также из яиц. Мускатный цвет можно положить в молочные пудинги, творожные запеканки, ватрушки, пирожные с лимонным творогом.

• Мускатный орех – отличная приправа для макарон, особенно со шпинатом и сыром. Измельчить мускатный орех можно на кутере или на терке с самыми мелкими отверстиями.

Можно пользоваться также мельницами для мускатного ореха – это гораздо безопаснее для пальцев, чем мелкая терка.

• Наиболее часто употребление мускатного ореха в блюдах из мясных и рыбных фаршей (рулеты, запеканки), а также в начинках, где сочетаются мясо или рыба с овощами, грибами, тестом. Он особенно хорош в некоторых белых соусах, тушеном мясе, дичи.

• Мускатный орех закладывают в блюдо перед окончанием его тепловой обработки, а в тесто – при его замесе.

• В качестве завершающего обед попробуйте посыпать небольшим количеством тертого мускатного ореха дольки охлажденного апельсина.

• Чтобы миндаль можно было легко растолочь, посыпьте его сахаром.

• Ядра грецких орехов можно освободить от скорлупы, не прибегая к помощи молотка. Положите орехи в эмалированную кастрюлю, залейте крутым кипятком, накройте крышкой и оставьте на 15–20 минут. После этого вы сможете легко расщепить скорлупу кончиком ножа и извлечь ядро целиком.

• Можно грецкие орехи положить на ночь в подслащенную воду – ядро тоже легко освободится от скорлупы.

• Грецкие орехи легко очистятся от скорлупы, если их на несколько минут положить в горячую духовку.

• Если высохшие грецкие орехи продержать 5–6 дней в слегка подсоленной воде, не вынимая из скорлупы, их вкус восстановится.

• Если при расщеплении на половинки миндальные орехи разламываются, залейте их кипятком и оставьте примерно на полчаса, чтобы они стали мягкими.

• Для того чтобы легко удалить шелуху с миндальных орехов, сделайте следующее: поместите миндальные орехи в кастрюлю с холодной водой, доведите до кипения, снимите с огня и слейте воду, затем залейте холодной водой и слейте ее.

• Ядрышки махлеби имеют кремово-желтоватый оттенок, вкус приятно-горьковатый, запах ореховый, с примесью миндаля и вишни. Лучше покупать махлеби целыми и по мере надобности измельчать в кофемолке или кухонном комбайне.

• Молотую специю добавляют в хлеб, печенье и пирожки.

• Мак обладает сладковатым запахом и при приготовлении придает блюдам ореховый аромат.

• Если семена мака нужно использовать в больших количествах, то покупайте их в магазине, где товар своевременно заменяется и где семена будут свежими.

• В качестве ингредиентов для восточноевропейских

деликатесов обычно предлагаются свежие семена мака – покупайте их по мере необходимости.

• У семян мака очень жесткая наружная оболочка. При использовании в салатах или макаронах мак сначала поджарьте.

• Подсушенные семена – хорошая добавка к салатам, приправам для салатов – картофельного, томатного, яичного или капустного.

• Молоть мак следует только перед употреблением: перемолотый, он быстрее портится, горкнет.

• Сухие, не вымоченные семена мака можно измельчить в кофемолке.

• Поджарьте в масле 1–2 столовые ложки мака и добавьте их в пюре из тыквы, кабачков или брюквы.

• Зерна граната освобождают от кожуры и перегородок, а затем сушат. Сухие зерна уменьшаются в размере, становятся темно-красными или черными и немного липкими. Зерна граната обладают терпким запахом и сладковато-кислым вкусом.

• Зерна свежих гранатов можно высушить в домашних условиях. Отрежьте и выбросьте хвостик плода. Поставьте плод на стол и сделайте пять разрезов сверху донизу. Пальцами раскройте плод и выньте зерна. Разложите их на противне или блюде, накройте марлей и сушите на солнце. Можно сушить и в слабо нагретой духовке до тех пор, пока зерна не станут твердыми. При необходимости растолките зерна в ступке. Кухонный комбайн или электрокофемолка не подходит для измельчения липких зерен граната.

• Зерна граната добавляют в сладкие блюда, фруктовые салаты, можно использовать вместо лимонного сока, чтобы придать блюду кисловатый привкус.

• Агар-агар, как и желатин, перед употреблением нужно замочить в холодной воде на час или два.

• Соль – универсальная специя, придающая вкус сладким и острым блюдам. Соль не имеет запаха, но без нее вся наша еда казалась бы безвкусной и пресной.

• Соль широко используется для консервирования мяса, рыбы и овощей. По одному китайскому рецепту курицу запекают в горячей соли – через час нежная, сочная курица готова.

• Соль в пищу кладут в таком количестве: на 1 кг мясного или рыбного фарша – 2 чайные ложки; на 1 кг муки для приготовления кислого дрожжевого теста на пироги – чуть больше 1 чайной ложки; на 1 кг муки для приготовления дрожжевого теста для блинов – 1,5 чайной ложки; на стакан риса – 1 чайную ложку.

• Мясной бульон нужно солить перед окончанием варки,

картофель – в начале варки, бобовые – только после их размягчения.

• Мясо, овощи, рыбу солят перед обжариванием, а мясные и рыбные панированные полуфабрикаты – в процессе или до панировки. Все овощи солят перед обжариванием, за исключением картофеля, который следует солить перед окончанием обжаривания.

• Чтобы соль была сухой и рассыпчатой, в солонку кладут 2–3 рисовых зерна, которые поглощают влагу.

• Если соль сыреет, в нее можно добавить десятую часть (от общего веса соли) картофельной муки, и тогда соль останется сухой при любой влажности воздуха. Небольшая доля крахмала в соли не изменит ее вкуса и цвета.

Приправы

• Приправы, которыми натирают продукты, – это смесь из сухих трав и пряностей, усиливающих аромат. Это розмарин, тимьян, молотый красный и черный перец, семена фенхеля, чеснок, укроп, лавровый лист и т. д. Обтереть и нашпиговать мясо и другие продукты можно за несколько часов или минут до жарки.

• Как быстрее приготовить приправу: поместите все компоненты в банку с завинчивающейся крышкой. Встряхивайте банку в течение 1 минуты.

• Приправы принято готовить по мере необходимости, ежедневно, но их можно приготовить заранее, хранить в герметично закрывающейся посуде 3–4 месяца, вдали от яркого света или же заморозить их.

• Порошок карри – смесь различных специй, сочетание пряностей, которые доступны в своем регионе. Существуют готовые приправы карри для восточной, а также для индийской кухни – их можно купить в большинстве супермаркетов.

• Китайскую приправу из пяти пряностей можно купить в восточных магазинах, но можно изготовить и в домашних условиях: равные части сычуаньского перца, корицы или кассии, гвоздики, семян фенхеля и аниса звездчатого измельчите в порошок и храните в герметично закрытой посуде. Приправу добавляют в блюда из курицы, свинины, свиных ребрышек.

• Китайская соль с пряностями – это замечательное дополнение к жаренному на углях или в духовом шкафу цыпленку с хрустящей корочкой – перед тем как куски курицы положить в рот, их обмакивают в эту приправу. Тщательно смешайте 1 столовую ложку соли и $^1/_2$ чайной ложки китайской

приправы из пяти пряностей.

• Масала – смесь пряностей, употребляемая в сухом виде или в виде пасты. Вкус может быть умеренно острым и ароматным или более жгучим – все зависит от состава и способа приготовления. Обычно все пряности перед измельчением подсушивают, что заметно усиливает их вкус и запах.

• Острые пасты. Сегодня мы можем покупать готовые острые пасты в упаковке, но, если позволяет время, иногда бывает интересно приготовить собственную пасту – сейчас на рынке или в магазине можно купить необходимые ингредиенты для ее приготовления.

• Самбалы – приправа, которую кладут сбоку на тарелку, как горчицу, просто чтобы добавить остроты основному блюду. Самбалом может называться острый соус чили с разнообразными добавками.

• Горчица – непременный ингредиент множества блюд, в которых используются как целые, так и молотые семена, готовые горчичные пасты и горчичное масло. Горчицу кладут в приправы для салатов и в майонезы, где она способствует образованию эмульсии из яичного желтка и масла. Ее также добавляют в сырные соусы и соусы для белокочанной и цветной капусты, топинамбура или лука-порея. Горчицу используют и для увеличения сроков хранения скоропортящихся продуктов (добавляют в маринады при консервации овощей).

• Семена горчицы обладают слабым запахом или почти не пахнут. Острый вкус горчица приобретает, только когда семена измельчены и смешаны с водой.

• Перед тем как варить горчицу, ее надо обязательно просеять через сито.

• Рекомендуется перемешивать порошок горчицы в течение 10 минут перед употреблением, чтобы он приобрел острый привкус. Свежую горчицу следует готовить перед употреблением, так как при хранении она теряет остроту.

• Чтобы добиться более сильного вкуса, смешайте горчичный порошок с теплой водой, молоком или пивом, но не с кипятком, поскольку он уничтожает фермент, который придает горчице остроту. По этой же причине, если горчичный порошок добавляют в горячие блюда, такие как соусы и рагу, следует помешивать блюдо во время приготовления и доводить до готовности на слабом огне – тогда горчица не утратит остроты.

• Из горчичного порошка делают различные виды горчицы. Для «московской» нужно 100 г горчичного порошка, 300 г растительного масла, 60 г сахара, 5 г соли и 100 г 7 %-го уксуса, настоянного на душистом перце, лавровом листе и гвоздике. Для

«русской» рецептура та же, лишь на 20 г меньше добавляется сахара. А вот для «ароматной» берется 100 г горчичной муки, 30 г масла, 40 г сахара и 20 г ароматизированного уксуса, настоянного на душистом и горьком перце, лавровом листе, корице, гвоздике, мускатном орехе. «Ароматная» горчица – королева стола.

• Горчицу можно сделать более пряной, добавляя в нее гвоздику, корицу и белое вино.

• Горчица, разведенная молоком, значительно лучше сохраняется и долго не сохнет.

• Если к обычной столовой горчице добавить немного меда, она становится очень приятной на вкус.

• Если горчица засохла, влейте в нее немного уксуса и сахара и перемешайте.

• Можно восстановить свежесть затвердевшей и высохшей горчицы, если ее смешать с белым вином, добавляя его по каплям.

• Ароматизированное масло. Масло и специи для его ароматизации должны сочетаться:

– оливковое – с семенами кориандра, красным чили, плодами можжевельника, лавровым листом, перцем;

– арахисовое масло – с лимонным сорго и имбирем;

– масло грецких или лесных орехов – с семенами кориандра и палочками корицы;

– имбирное, чесночное и луковое масло идеально подходят к рыбе, моллюскам и курице.

• Уксус – незаменимая приправа ко многим блюдам и закускам. Он входит в состав соусов и маринадов, его можно добавлять в борщ.

• Наиболее распространенными являются сорта уксуса столового, приготовленного из спирта или виноградного вина.

• Уксусную эссенцию разводят кипяченой водой из расчета 3–5 г эссенции на 100 мл воды.

• Уксусы с пряностями придают особую прелесть приправам, майонезам, маринадам, соусам и консервам.

• Ароматизированные уксусы можно изготовить двумя способами: если пряности с сильным вкусом и запахом, например чеснок, то уксус нагревают, чтобы добиться максимальной концентрации вкуса и запаха. Менее острые пряности положите в холодный уксус на две недели.

• Уксус, настоянный на остром красном перце, придает салатам, соусам, маринадам особую пикантность. Перец надо брать горький стручковый. Пригодны и другие сорта острого перца, например красный кайенский, круглый вишнеобразный

или венгерский желтый.

Перца первых двух сортов, из-за их сильной жгучести, нужно брать меньше: 5–10 стручков достаточно для получения 0,5 л 6 %-го уксуса.

• Для приготовления чесночного уксуса разомните и положите в банку 6 зубков чеснока, залейте 2 стаканами винного уксуса или сидра и поставьте на 2 недели. Затем процедите, перелейте содержимое в бутылку, закупорьте ее и храните до употребления. Этот уксус применяется для салатов, а также для обрызгивания мяса, особенно баранины, перед жарением.

• Имбирный уксус приготовьте так же, как чесночный, только на каждых 2,5 стакана уксуса требуется 5 см свежего корня имбиря.

• Для приготовления укропного уксуса положите 2 столовые ложки семян укропа в небольшую, плотно закрывающуюся банку. Залейте семена белым виноградным уксусом и плотно закройте крышкой. Поставьте уксус в прохладное, темное место на 2–3 недели, затем процедите и используйте как приправу для салатов и соусов. Подобный уксус можно приготовить с другими семенами, например сельдерея или фенхеля.

• Для приготовления ароматного уксуса берут 100 г уксусной эссенции, разводят ее в 2,5 л кипяченой воды, кладут эстрагон, укроп или сельдерей (250 г), лавровый лист, посуду плотно закрывают и оставляют на 10–15 дней для настаивания, а затем процеживают. Уксус можно настаивать на лимонной цедре, сельдерее, листьях черной смородины, антоновских яблоках и т. д.

• Готовя некоторые блюда, уксус иногда заменяют лимонной кислотой: она лишена запаха и может быть добавлена во все те блюда, с которыми несовместим уксус (компоты, желе, изделия из теста и т. п.).

• Барбарис – свежие ягоды используются чаще всего для варки варенья и желе.

• Сушеные и растолченные ягоды добавляют во многие восточные блюда. Их либо вводят в кушанье в процессе тепловой обработки, либо подают отдельно (в розетках) к готовому блюду.

• Маринованный барбарис обладает приятным кисловатым вкусом; его подают к жареному мясу, дичи и домашней птице.

• Джонджоли – нераспустившиеся цветочные почки одноименного кустарника, которые заквашивают вместе со стебельками. Это распространенная приправа грузинской кухни.

• По вкусу джонджоли напоминают каперсы. В продажу они поступают расфасованными в стеклянные банки.

• Каперсы – почки кустарника, твердые и упругие, острого

вкуса. Их обычно продают маринованными или солеными. В обоих случаях вы можете промыть каперсы перед употреблением, чтобы удалить лишнюю кислоту и соль.

• Каперсы используются в соленом виде (маринованные и сушеные соленые), имеют вкус творога из козьего молока – если раскусить каперс, внутри он оказывается кисло-соленым. Размельченные каперсы входят в состав большинства соусов; их также широко применяют как приправу к салатам, в качестве начинки для пиццы; они входят в состав рыбных и овощных блюд.

• Вместо каперсов используются иногда недозрелые зеленые завязи плодов настурции в маринованном виде, которые обладают более острым, напоминающим горчицу привкусом.

• Оливки и маслины – два разных названия одного и того же плода оливкового дерева.

• Лучшие сорта маслин – крупные, продолговатые, с темно-красным отливом.

• Недозрелые зеленые маслины (оливки) чаще всего маринуют, а черные, созревшие солят. И те и другие используют и как закуску, и в качестве гарнира, а также для украшения блюд.

• Если маслины очень соленые, то перед тем, как их использовать в качестве самостоятельной закуски, их нужно вымочить.

• Кисломолочные приправы (сметана, кефир, йогурт) применяются к мясным, овощным, тестяным блюдам; кислые растительные (айва, кетчуп, столовый хрен, аджика) – к мясным; соленые растительные (каперсы, маслины) – к рыбным.

• Приправы нельзя разводить водой. Молочные приправы разбавляются сывороткой или любым кисломолочным продуктом, а растительные – яблочным или сливовым соком.

ЯГОДЫ, ФРУКТЫ, БАХЧЕВЫЕ, ЦИТРУСОВЫЕ И ДРУГИЕ

• Если есть возможность, покупайте экологически чистые ягоды и фрукты. Выбирайте те, что выросли в вашей местности в сезон. Выбирайте здоровые ягоды и фрукты – спелые, но не мягкие. Чем тяжелее кажется фрукт, взвешенный в руке, тем он наверняка вкуснее и сочнее. Понюхайте фрукт: если аромат не чувствуется, то и на вкус он будет хуже. Пощупайте фрукт – при нажатии он должен немного пружинить. Даже не очень спелый фрукт доспеет, если хранить его в комнате в темном месте.

• До переработки ягоды оставьте в холодном темном месте. На свету и в тепле разрушаются витамины.

• Мойте ягоды и фрукты перед подачей на стол. Тщательно мойте те фрукты, которые кажутся вам опрысканными или покрыты воском. Если собираетесь использовать кожуру цитрусовых, не забудьте почистить их щеткой.

• Мягкие ягоды, например малину и ежевику, лучше вообще не мыть (если они не очень грязные), иначе они станут водянистыми.

• Не держите долго ягоды и фрукты в воде – потеряете водорастворимые витамины и вкус.

• Желая довести фрукты до спелости, кладите их в коричневые бумажные пакеты в небольшом количестве, подальше от солнца и переворачивайте их каждый день. Если вы положите в пакет с фруктами еще яблоко или банан, процесс дозревания ускорится, потому что эти фрукты выделяют безвредный газ, улучшающий созревание.

• Большинство фруктов лучше не чистить. Кожура – богатый источник аромата, вкуса и ценных питательных веществ. Но в некоторых рецептах снятие кожуры обязательно. Чтобы очистить фрукты с неплотно прилегающей кожурой, положите их в металлическую сетку и опустите в кипящую воду на 20–30 секунд, переложите в миску с холодной водой, а когда фрукты остынут, снимите кожуру руками.

• Чтобы очищенные фрукты не потемнели, опустите их в подкисленную воду (на 1 л воды 30 г лимонного сока или уксуса). Не держите фрукты в этой жидкости больше 20 минут. Можно с этой целью опустить их в холодную подсоленную воду (2 %-й раствор соли).

• Поскольку во фруктах содержится кислота, все инструменты, кастрюли и сковороды должны быть сделаны из

неокисляемого материала.

• Если хотите сохранить форму и структуру фрукта, готовьте его осторожно до состояния мягкости. При варке фруктов вода должна кипеть слабо. Тушить фрукты следует до того момента, как они станут мягкими и начнут выделять сок.

• Больше всего кальция содержат цитрусовые, ежевика, клубника и малина.

• Железом богаче всего красная смородина, малина, ежевика, клубника, черника, а в меньшей степени – виноград и сливы.

• Витамином С особенно богаты черная смородина, шиповник, незрелый грецкий орех, апельсины и лимоны.

• Апельсины, яблоки и груши богаты витамином В, а сушеные абрикосы – витамином B_2.

• В лимонах и черной смородине содержится много витамина Р.

• Самыми высокими биологическими качествами обладают шиповник, клубника, барбарис, рябина, черная смородина, малина, ежевика и крыжовник.

• Заплесневелые красная смородина, крыжовник или яблоки при употреблении в пищу могут вызвать расстройство желудка.

• Перебрать черную смородину, чернику, бруснику совсем несложно. Постелите газету, поставьте на нее тарелку и включенный вентилятор. Медленно с небольшой высоты высыпайте в тарелку ягоды. Мощная струя воздуха будет отбрасывать мусор.

• Клубнику и малину моют, не отрывая плодоножек, в дуршлаге с крупными отверстиями, затем выкладывают на сухое полотенце или бумагу, высушивают и перебирают.

• После употребления в пищу некоторых видов ягод (в основном клубники, земляники и красной смородины) у детей нередко появляются диатез и отеки. В ягоды следует добавлять небольшое количество молока или сливок – это ослабляет их вредное воздействие на организм.

• Ядра косточек фруктов содержат цианистый калий, поэтому, если съесть их много, можно серьезно отравиться.

• Фрукты и ягоды с пятнами, слегка помятые годятся только для компотов. Сливы и вишни должны быть совершенно спелыми, а вот груши, персики, абрикосы, клубнику и малину для компота лучше брать недозрелые, чтобы меньше разваривались.

Ягоды

• Брусника обладает приятным вкусом и вызывает аппетит. Варенье из нее может быть приправой к различным мясным

блюдам.

• Клюква придает продуктам приятную кислинку, способствует их лучшей сохраняемости.

• Клюквенный морс и другие напитки из клюквы превосходно утоляют жажду.

• Кизил полезен при недостаточности в организме витаминов, атрофии мышц, при болезнях печени, малокровии и кожных заболеваниях, нарушении обмена веществ (в частности, подагре).

• Варенье из кизила, повидло и сок обладают приятным освежающим вкусом и оказывают тонизирующее действие на организм.

• Плоды смородины и ее настои способствуют повышению общей сопротивляемости организма различным инфекциям.

• Плоды и листья смородины обладают противовоспалительным, потогонным, мочегонным и противопоносным действием.

• Сиропом из ягод смородины лечат простудные заболевания и коклюш. Свежий сок ягод помогает при заболеваниях, сопровождающихся пониженной кислотностью желудочного сока, а также при запорах.

• Чтобы плоды калины утратили горечь, их надо в течение 45 минут варить или тушить в закрытой посуде, после чего плоды становятся съедобными, и их можно использовать в качестве начинки для пирогов и ватрушек.

• Вкус калины значительно улучшится, если после варки в нее добавить яблочный сок или пюре.

• Черника содержит много вяжущих, дубильных веществ, и кисели из нее особенно полезны при желудочных заболеваниях.

• Рябину лучше всего снимать после заморозков, к этому времени она становится наиболее вкусной и сладкой.

• Крыжовник быстрее всего можно очистить от хвостиков не руками, а ножницами.

• Настой шиповника можно готовить так: столовую ложку измельченных плодов залить стаканом кипятка и кипятить 10 минут на слабом огне в эмалированной посуде, плотно закрытой крышкой. Затем отвар настоять 10–12 часов.

• Настой шиповника можно приготовить в термосе. Плоды промыть, измельчить, засыпать в термос, залить крутым кипятком (1 столовая ложка плодов на стакан кипятка), плотно закрыть пробкой (лучше это делать с вечера) и настаивать плоды 6–8 часов. Утром настой процеживают через марлю, плоды отжимают.

Фрукты

• Яблоки зимних сортов становятся вкусными лишь через 1–3 месяца после съема.

• Чтобы печеные яблоки не растрескивались и не прилипали к сковороде, нужно наколоть каждое яблоко в нескольких местах иглой, а на сковороду налить немного воды.

• Яблоки кислых сортов не следует долго держать в духовке, так как они могут превратиться в пюре.

• Легче очистить яблоки и груши, если их на 3–5 секунд опустить в кипяток.

• Сморщенные яблоки приобретут прежний вид, если их положить на несколько часов в холодную воду.

• Плоды айвы в свежем виде не очень вкусны, обычно их едят печеными или вареными, применяют как гарнир к мясу и дичи или в виде приправы к разным блюдам.

• Из айвы варят варенье, компот, готовят джем, цукаты, мармелад. Поскольку ароматические вещества содержатся в кожице, не выбрасывайте ее. Варенье, компот, сироп будут намного вкуснее и ароматнее, если в них положить и кожицу айвы.

• Вишня богата легкоусвояемыми углеводами – глюкозой и фруктозой. Для страдающих ожирением и атеросклерозом людей, у которых повышен уровень холестерина, вишня может стать важным лечебно-профилактическим средством.

• Вишня полезна и тем людям, чей труд связан с вредным химическим производством – со свинцом, ртутью. Пектиновые вещества вишни способствуют выведению вредных химических соединений из организма.

• Абрикосы, главным образом, употребляют в свежем виде, но из них получаются вкусные компоты и варенье. Сушеные абрикосы полезны при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и почек. Абрикосовый сок угнетающе действует на гнилостные бактерии.

• Персики легче очистить, если их положить на 30 секунд в кипящую воду, переложить шумовкой в ледяную воду и охладить. Затем необходимо снять кожуру пальцами или маленьким ножом. Очищенные персики можно натереть лимонным соком, чтобы они не потеряли цвет.

• Сухофрукты – изюм, курага, чернослив, финики, инжир и др. – становятся лучше, если их сначала на некоторое время опустить в жидкость. Замачивать сухофрукты можно в теплых или кипящих алкогольных напитках, фруктовом соке, то есть в той жидкости, в которой они будут использоваться. Замачивать надо за 10–15 минут до использования.

• Чтобы легко и быстро отделить плодоножки у изюма, ягоды

переберите, слегка перетрите с мукой, положите на сито, несколько раз встряхните, а затем промойте теплой водой.

• Изюм и коринка станут мягче, если их быстро промыть, слить воду, насыпать в форму, закрыть и поставить в духовку, нагретую до 180 °С, пока они не станут пухлые и без морщин.

• При измельчении кураги часто опускайте лезвие ножа в горячую воду, чтобы кусочки кураги к нему не прилипали, или просто настригите ее кухонными ножницами.

• Чем меньше плод инжира, тем он вкуснее.

• «Глазок», расположенный на верхушке сушеного плода инжира, должен быть закрыт, в противном случае качество плода может оказаться невысоким.

• Перед использованием сушеные плоды инжира обязательно нужно промыть холодной водой и срезать прилегающую к плодоножке огрубевшую часть.

• Сухофрукты варите при закрытой крышке и слабом кипении в той жидкости, в которой замачивали. Поскольку сахар замедляет процесс впитывания воды, не подслащивайте варящиеся фрукты до тех пор, пока они не станут мягкими.

• Небольшое количество сока цитрусовых, добавленное в сироп перед подачей фруктов на стол, освежит их. Жидкость, в которой варились сухофрукты, используйте для других блюд или для компота.

• Если вы хотите использовать сухофрукты там, где по рецепту требуются свежие фрукты, например яблоки, помните, что вам нужно размочить 450 г сушеных яблок на каждые 1,5–1,8 кг свежих.

• Чтобы подать замороженные фрукты к столу в натуральном виде, не следует нагревать их: от этого они потеряют свои вкусовые качества. Фрукты нужно оттаивать только при комнатой температуре.

• Для приготовления компотов замороженные фрукты не оттаивают, а сразу кладут в кипящую воду.

Бахчевые

• Спелые арбузы имеют блестящую корку и, если по ним постучать, издают не глухой, а чистый звук.

• В мякоти арбуза содержатся витамины группы В, витамин С, фолиевая кислота и железо, играющие важную роль в кроветворении.

• Из арбузных корок варят варенье и джем, делают цукаты. Корки можно и сушить – это хорошее мочегонное средство. Помогают они и при расстройстве желудка.

• Чтобы засолить арбуз, его надо проколоть иглой в 10 местах на глубину 2–3 см, уложить в бочку и залить рассолом (800–1000 г соли). Сверху положите ветошь, насыпьте чистый песок и придавите деревянным кругом с грузом. Через месяц арбуз приобретает оригинальный сладко-соленый вкус.

• У хорошей дыни обычно бывает толстый стебель.

• Чтобы определить зрелость дыни, нужно нажать на ее корку с противоположной стороны от стебля. У недозрелой дыни корка твердая, у спелой немного поддается при нажиме.

Цитрусовые и другие

• Апельсин – плод цитрусового дерева, в кулинарии используется как кожура (в виде цукатов), так и мякоть, а также из него делают очень питательный апельсиновый сок.

• В апельсине средних размеров около 5 столовых ложек сока.

• Очищать апельсин рекомендуется с помощью ножа: срезать концы апельсина, надрезать кожуру дольками до мякоти, затем отделить полоски кожуры так, чтобы они образовали «лотос», и, наконец, удалить тем же ножом оставшуюся белую мякоть и разделить апельсин на дольки.

• Апельсиновые корки можно залить кипятком – получится ароматный напиток.

• Выбирая мандарины, нужно обращать особое внимание на состояние кожицы: она должна быть оранжевого цвета, на ней не должно быть пятен, размягчений, кожица не должна легко отделятся от мякоти – легкое отделение говорит об окончании срока хранения плодов.

• Недозревшие мандарины неплохо дозревают при хранении.

• При выборе лимона необходимо обратить внимание на кожуру. У зрелых лимонов кожура желтоватая, сочная, покрытая как бы слоем воска. Можно покупать и недозревшие лимоны со светло-зеленой кожурой, они хорошо дозревают при хранении.

• Лимоны более устойчивые к низким температурам – подмораживание происходит при температуре минус 1–2 ˚С.

• Сок лимона содержит 50 % витамина С. При воспалении горла и высокой температуре он хорошо освежает и утоляет жажду. Лимон полезен также при пониженной кислотности и тошноте.

• Чтобы аромат лимона чувствовался сильнее, лимон перед употреблением обдают кипятком.

• В лимоне средних размеров около 3 столовых ложек сока.

• Из лимона можно выжать больше сока, если предварительно окунуть его на несколько минут в горячую воду или в течение

нескольких секунд подогреть в микроволновой печи.

• Если нет соковыжималки для цитрусовых, то лимон можно выжать следующим образом: разрезать его пополам (поперек), в мякоть воткнуть вилку и повернуть ее. Легче выжимается сок, если целый лимон покатать, сильно прижимая рукой, по столу, чтобы разорвать мембраны клеток, в которых находится сок.

• Выжимая сок из лимона, не следует раздавливать белую часть корки (мездру) и зерна: они могут придать горький вкус.

• Если требуется несколько капель лимонного сока, достаточно проколоть лимон толстой иглой и выдавить нужное количество. Прокол заткнуть кусочком спички – так лимон сохранит свою свежесть.

• Мутный лимонный сок можно осветлить, если влить в него молоко, – оно свернется и очистит сок, который нужно процедить.

• Если лимон все же начнет высыхать, опустите его в холодную воду, и он не только останется свежим, но станет сочнее.

• Чтобы освежить засохшие лимоны или апельсины, опустите их на минуту в кипящую воду и заверните в тряпку. Развернуть ткань можно тогда, когда плоды совсем остынут.

• Чтобы выжать сок из подсохшего лимона, нужно опустить лимон в кипяток на минуту, остудить и наколоть зубочисткой.

• Не следует выбрасывать корки от лимона. Если их настоять на кипятке, получится чудесный напиток. Из них также можно сделать цукаты и начинку для пирога.

• Чтобы натереть лимонную цедру, потрите лимон, часто поворачивая, о шершавую сторону терки, имеющую мелкие отверстия. Следите, чтобы вместе с цедрой на терку не попали белые прожилки, придающие горький вкус.

• Для сохранения нарезанного лимона свежим положите его на блюдечко срезом вверх и накройте чашкой. Если лимон все же начнет засыхать, опустите его в холодную воду.

• Несколько капель лимонного сока придадут мороженым или консервированным овощам и фруктам свежесть и сочность. В чай, кисель, тесто хорошо добавить смесь: 4–5 чайных ложек натертой цедры лимона и 0,5 ложки сахарной пудры.

• Грейпфрут обладает ярко выраженным тонизирующим действием, и поэтому его рекомендуется есть утром.

• Перед использованием грейпфрут необходимо вымыть холодной водой, а затем обсушить. Чистить его следует так же, как и апельсин (см. выше). Если вы не любите сочетание горечи с кисло-сладким вкусом, то с каждой дольки грейпфрута можно снять пленку.

• Очень хорошо утоляет жажду гранат; он же считается одним

из лечебных средств при желудочно-кишечных расстройствах. Для лечения применяется не только мякоть плодов граната, но и отвар кожуры.

• Чтобы на столе виноград благоухал, выньте его из холодильника за час перед подачей на стол. Промойте виноград в холодной воде, в которой растворено несколько капель лимонного сока.

• Виноград можно замораживать. Из замороженного винограда получается вкусная закуска.

• Виноград можно очистить от косточек при помощи шпилек для волос: облейте шпильку кипятком для стерилизации, затем закругленным концом проткните виноградину возле хвостика и вытолкните косточки наружу.

• Чтобы очистить виноград от кожуры, опустите его в кипящую воду на минуту, а затем в холодную. После этого кожура легко будет отделятся.

• Из виноградного сока можно приготовить отличные напитки (с молоком, мороженым), коктейли, пунши.

• Плоды авокадо снимают недозрелыми, дозревают они уже при хранении. Наиболее вкусные – самые спелые плоды. Установить зрелость плода можно, нажав на него: спелый плод – мягкий.

• При обработке авокадо нельзя сдавливать: на поверхности могут появиться черные пятна.

• Для того чтобы разрезать плод авокадо, сначала нужно сделать разрез вдоль всего плода до самой косточки, разделяющей плод на две половинки, а затем провернуть одну из половинок вокруг косточки и лишь тогда можно косточку извлечь.

• Разрезать плоды авокадо нужно непосредственно перед употреблением: на воздухе их мякоть приобретает неаппетитный сине-коричневый цвет, который устраняется, если мякоть сбрызнуть лимонным соком.

• Плоды авокадо лучше всего есть сырыми, так как при варке они приобретают неприятный горьковатый вкус.

• Лучше есть мякоть авокадо, приправив перед этим лимонным соком, солью и перцем прямо из кожицы, доставая ее ложкой.

• Ананас подготавливают к употреблению следующим образом: срезают верхушку и основание. Ставят вертикально на разделочную доску. Большим ножом срезают кожуру и удаляют «глазки». Затем разрезают ананас в длину на четыре части, вырезают сердцевину и режут на нужные кусочки. Можно также очищенный ананас разрезать поперек его оси на кружочки и уже у

этих кружочков вырезать середину.

• Качество плода можно определить по его внешнему виду: недозревшие плоды ананаса имеют зеленый цвет, и они хорошо дозревают в течение 20–25 суток при температуре не ниже 8 °С, окраска кожуры при этом постепенно меняется и приобретает желтый или золотисто-желтоватый цвет с красноватым оттенком; подмороженные плоды ананаса теряют яркость окраски, тускнеют, мякоть внутри становится водянистой; перезревшие плоды похожи на подмороженные плоды: кожура становится блеклой, с сероватым оттенком, а мякоть внутри плода водянистая, с заметным потемнением, постепенно распространяющимся от поверхности кожуры к сердцевине плода.

• Ананас принято есть с помощью ножа и вилки (или ложечки), причем для того, чтобы положить ломтик ананаса себе на тарелку, обычно используют специальную вилочку.

• Разрезанные плоды ананаса нельзя хранить при комнатной температуре более 8 часов, так как они теряют естественный цвет, становятся менее вкусными и покрываются белым налетом.

• При выборе бананов необходимо обращать внимание на их внешний вид и окраску.

• У недозревших бананов кожура имеет зеленый цвет, а мякоть может оказаться терпкой и вяжущей на вкус. При определенных условиях хранения зеленые бананы могут дозреть: кожура приобретет ярко-желтый цвет, а на кожице могут появиться мелкие сухие округлые пятнышки вроде «веснушек», исчезнет терпкость.

• Созревшие бананы отличаются ярко-желтым цветом и характерным приятным вкусом.

• Какой бы ни был цвет, выбирайте толстые фрукты со здоровой блестящей шкуркой. Бананы часто мнутся, но коричневые линии на шкурке не означают, что банан внутри испорчен. Зеленые бананы оставляйте дозревать в комнате вдали от солнца, переворачивая их каждый день.

• Банан рекомендуется очищать с помощью ножа, надрезая верх так, чтобы удобно было снять кожуру, причем длинный банан не следует очищать полностью (кожуру отгибайте постепенно) – он может сломаться.

• Если вы режете банан на кусочки, полейте их лимонным соком, чтобы они не потемнели.

• После термической обработки бананы становятся слаще.

• Киви – самый приятный вкус у полностью созревших плодов. В этом случае плоды на ощупь слегка мягкие. Твердые, не совсем созревшие плоды хорошо дозревают при комнатной температуре. После дозревания их лучше положить в

холодильник (подальше от морозильной камеры), завернув в бумажный пакет.

• Кладите завернутые спелые киви в холодильник подальше от других фруктов – из-за испускаемого ими этилена киви могут перезреть.

• Плоды киви богаты ферментами, способными растворять белок, и поэтому если натереть кусок мяса мякотью киви и дать ему некоторое время постоять, то приготовленное мясо будет необыкновенно нежным.

• Из-за этих ферментов плоды киви плохо сочетаются с желатином и молочными продуктами (в сочетании с киви желе на желатине становится жидким, а творог и сливки начинают горчить), и потому при приготовлении желе со свежими плодами киви нужно использовать вместо желатина крахмал, а творог и сливки соединять с киви непосредственно перед подачей к столу или предварительно киви припустить в сахарном сиропе.

• Киви можно почистить и нарезать за несколько часов до подачи на стол – они никогда не темнеют.

• Киви наиболее вкусны в свежем виде.

• Киви желательно не подвергать термической обработке, потому что они станут некрасивого зеленого цвета.

• Для того чтобы выбрать правильно кокосовый орех, необходимо убедиться в его свежести и герметичности: в скорлупе кокосового ореха не должно быть трещин; орех следует встряхнуть для того, чтобы проверить, есть ли внутри его жидкость.

Если внутри не слышно плеска жидкости, то его лучше не покупать: он старый или засохший.

• В кулинарии используют мякоть и молоко недозревшего кокоса. Чтобы получить мякоть, подготовьте кокос: прежде всего на поверхности кокоса найдите три темных пятнышка, в них молотком и отверткой или штопором продолбите отверстия. Слейте из ореха жидкость и пеките его 15 минут в духовке при 180 °С. Выньте кокос из духовки и заверните в полотенце. Ударьте по кокосу молотком, он должен расколоться на несколько частей. Маленьким ножом выньте мякоть из скорлупы. Тем же ножом срежьте внешнюю кожу с мякоти кокоса. Мякоть можно натереть на крупной терке, а можно порезать на кусочки.

• Для жарки измельченной мякоти кокоса нужно положить ее на покрытый промасленной бумагой противень, поставить в духовой шкаф при низкой температуре и слегка поджарить до светло-коричневого цвета.

• Манго используют в пищу в свежем или соленом виде.

• Выбирать плоды манго нужно по характерному для зрелых

плодов приятному аромату и на ощупь: плод не должен быть твердым.

• При очистке и разделке плода манго основное внимание обратите на минимальную потерю сока. Рекомендуем два варианта разделки плодов:

– плод манго сначала острым ножом очищается от кожуры – разрежьте его по обеим сторонам длинной плоской косточки; прорежьте между мякотью и кожей на 2–3 см вглубь, затем отогните 2–3 см кожуры; в несколько приемов срежьте оставшуюся кожуру, затем нарежьте манго кубиками или ломтиками, разместив плод над посудой, предназначенной для сбора сока;

– плод манго ставится вертикально в пустую посуду и разрезается вдоль косточки на две половинки, а затем из этих половинок с помощью чайной ложки мякоть аккуратно извлекается. При втором варианте разделки потери сока минимальны.

• Сок манго является естественным красителем, и поэтому пятна, которые он оставляет на одежде, плохо удаляются и отстирываются.

• Плоды папайи обычно едят в свежем виде, очистив предварительно их от кожуры и семян.

• В продажу поступают спелые плоды папайи, иногда – недозревшие, которые, помимо приятного вкуса, характеризуются еще и наличием свойственного только им фермента – папайина, способствующего процессу пищеварения.

• Плод папайи – это один из нескольких плодов со щелочной реакцией.

• Папайя хорошо сочетается с ветчиной, крабами и всевозможными мясными блюдами.

• Из приправ к папайе хорошо подходят перец, репчатый лук, каперсы, лимонный и апельсиновый соки.

• Фейхоа обычно употребляют в свежем виде, а также используют для приготовления компотов, джемов, желе, пастилы и варенья.

• Внутри плодов находится плотная, белая, очень сочная, кисловато-сладкая мякоть. При хранении мякоть плодов фейхоа становится совсем мягкой и приобретает приятную сладость и, главное, землянично-ананасовый аромат.

• Кожица плодов, несмотря на то что она толстая и плотная, довольно легко отделяется.

• Кожица плодов фейхоа легко очищается вручную, если их перед очисткой залить горячей водой.

• В плодах фейхоа имеется определенное количество йода.

• В продажу поступают только сушеные или вяленые финики. Сушеные финики покрыты блестящей, гладкой красновато-желтой кожицей, мякоть их довольно сочная и сладкая.

• Морщинистая кожица сушеных фиников, отсутствие сладости, малая сочность, постукивание косточки при встряхивании плода указывают на то, что финики несвежие.

• Финики чрезвычайно калорийны – 100 г содержат 281 ккал.

• Мякоть зрелого плода хурмы полужидкая, желеобразная, на вкус сладкая, без кислоты и аромата. В стадии неполной зрелости плоды хурмы имеют вяжущий, терпкий вкус. В продаже встречаются две разновидности свежей хурмы: обыкновенная хурма и хурма-королек.

• У обыкновенной хурмы плоды утрачивают вяжущий вкус лишь при полном размягчении, а плоды хурмы-королька вполне съедобны и тверды.

• Отличить хурму-королек от обыкновенной хурмы можно по цвету мякоти – у корольков мякоть должна быть темная. Кроме того, в мякоти хурмы-королька обязательно должно быть не менее четырех косточек, а на поверхности вершины плода могут располагаться тонкие черные круги или линии.

• Недозрелые плоды хурмы хорошо дозревают в темном помещении.

• Плоды хурмы хорошо переносят небольшие заморозки; замороженные плоды рекомендуется сначала разморозить в холодной воде, а уж потом употреблять в пищу.

КОМПОТЫ, КИСЕЛИ, СЛАДКИЕ БЛЮДА, ВАРЕНЬЕ, МЕД

Готовя сладкие блюда из фруктов и ягод, как можно меньше подвергайте их тепловой обработке. Варить фрукты и ягоды нужно в неокисляющейся посуде на слабом огне.

Компоты

• Если для компота нарезать фрукты одинаковыми дольками, они сварятся одновременно.

• При очистке фруктов кладите их в подкисленную воду, но не надолго – тогда они не потемнеют.

• Чтобы при варке компота лучше сохранились витамины, фрукты и ягоды нужно закладывать в кипящий сироп с добавленной в него лимонной кислотой.

• Некоторые сорта яблок и груш сильно разваривaются, поэтому их не варят, а кладут в кипящий сироп, тотчас же прекращают нагревание и охлаждают.

• Для арбуза должен быть густой сироп для компота, так как его мякоть выделяет много сока.

• Ревень для компота лучше ошпарить, кислотность будет меньше, вкус компота – нежнее.

• Приготавливая кисели и компоты из свежих ягод, вначале отожмите сок, затем отварите мезгу, добавьте отжатый сок и больше не кипятите. При таком способе приготовления в компоте или киселе сохранится больше витаминов.

• Компот из свежих яблок или груш приобретает особый аромат, если в него в конце варки положить цедру лимона, апельсина (после охлаждения цедру надо вынуть) или корицу, можно влить немного вина (мадеры, портвейна, розового муската).

• Если в компот из кислых фруктов добавить щепотку соли, он станет еще вкуснее.

• Компоты из вишни, черной смородины и черники могут со временем приобрести фиолетовый цвет. Пусть это не смущает вас, ибо они вполне пригодны.

• Сухофрукты для приготовления компотов лучше замочить в теплой воде на 2–3 часа и затем в этой же воде варить.

• Чернослив перед варкой лучше залить холодной водой: он лучше разварится и не сморщится.

• Если компот готовят из смеси сухофруктов, их нужно

перебрать и отделить яблоки и груши. Они варятся значительно дольше остальных фруктов, поэтому их надо закладывать в компот в первую очередь.

• Полезные свойства компота из сухофруктов можно улучшить, добавляя в него отвар шиповника, черную смородину или витамин С в таблетках, – это обогащает компот витаминами.

• Чтобы улучшить вкус компота из сухофруктов, его следует варить за 10–12 часов до подачи к столу, так как во время настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества фруктов, а фрукты пропитываются сиропом.

• При варке компота замороженные плоды и ягоды, не размораживая, опускайте прямо в кипяток. Персики и крупные сливы следует нарезать.

• Если нужно быстро остудить компот, поместите кастрюлю с компотом в посуду с холодной подсоленной водой.

Кисели

• Приготовление киселей имеет много тонкостей. Сначала готовится «крахмальное молочко». Крахмал развести в стакане холодной кипяченой воды из расчета от 1 чайной ложки до 1 столовой и размешать до состояния «молока». Это даст вариации густоты киселя. Стакан «крахмального молочка» рассчитан на литр всей жидкости киселя (сиропы + сок). Влить «крахмальное молочко» в сироп, создать киселеобразную массу. Вливать надо, когда сироп кипит, и тут же быстро размешать, затем погасить огонь и продолжать размешивать жидкость, вызывая ее специфическое загустение. Как только загустение возникло, влить в массу ягодно-фруктовый сок и вновь размешать, втереть его в студенистую массу.

• Не рекомендуется вливать крахмал в бурно кипящий сироп.

• Разведенный крахмал следует лить не в середину кастрюли, а ближе к ее стенкам.

• Сок для киселя можно отжать из свежих фруктов и ягод.

• Для сохранения вкуса, аромата и цвета свежих ягод при варке киселя отжатый из ягод сок не кипятят. Отваривают всегда только залитые водой отжатые ягоды, затем отвар процеживают, добавляют сахар и кипятят. Сок вливают в готовый кисель, когда он снят с огня.

• Для приготовления густого киселя на 1 л жидкости берут 3 столовые ложки крахмала (без верха), для киселя средней густоты – 2 столовые ложки, для жидкого киселя – 1 столовую ложку.

• Густые кисели после введения в них крахмала проваривают на слабом огне при помешивании, а кисели средней густоты

после добавления крахмала не кипятят, а только доводят до кипения.

• Для ароматизации киселей можно добавить в горячую жидкость ванилин, миндальную эссенцию, цедру лимона (апельсина) и другие пряности.

• Не кладите в кисель много ванили: он может приобрести горьковатый вкус.

• Для приготовления молочных киселей лучше употреблять кукурузный крахмал, так как вкус киселя с этим крахмалом будет более нежным.

• Кисели подают охлажденными. Быстро охладить кисель можно так: посуду с киселем ставят в большую емкость с холодной водой. В воду нужно бросить немного крупной соли.

• Если кисель слишком жидкий – разведите крахмал холодной кипяченой водой, доведите до кипения и влейте в кисель, быстро помешивая.

• Если кисель слишком густой – прокипятите несколько минут (при кипячении кисель разжижается).

• Густой кисель сразу же после приготовления нужно разлить в формочки или фарфоровую посуду и охладить. Формочки предварительно следует смочить внутри холодной водой, тогда охлажденный кисель легко отделится от них. Густой кисель выкладывают из формочек в креманки или на тарелки и подают с молоком или сливками.

• Чтобы на поверхности киселя не образовалась пленка, надо покрыть его тонким слоем сахарного песка.

• Кисель средней густоты разливают в стаканы или чашки.

• Во фруктово-ягодные кисели можно для сохранения окраски и улучшения вкуса добавлять небольшое количество лимонной кислоты, предварительно разведенной холодной кипяченой водой.

• Кисель из ревеня подают только в холодном виде.

• Все кисели подают на десерт, а жидкий кисель, кроме того, используют как подливку к блинам и запеканкам.

• Жидкие и полужидкие кисели можно использовать как сок.

Сладкие блюда

• Жаренные на барбекю фрукты могут быть прекрасным гарниром или изящным десертом. Для этого следует использовать твердые, не перезрелые фрукты – нектарины, персики, сливы или ананас. Разрежьте фрукт пополам или нарежьте довольно толстыми кружочками или дольками, главное, чтобы они не упали сквозь решетку барбекю.

• Запеченные фрукты и фрукты в тесте лучше подавать к столу теплыми, с нежирными сливками и мороженым.

• Желе и мусс не следует готовить в алюминиевой посуде, так как от алюминия они темнеют и приобретают неприятный привкус.

• Чтобы приготовить желе, нужно в горячий сироп на плодово-ягодном отваре ввести при непрерывном помешивании желатин, нагреть до кипения и, когда желатин растворится, соединить с фруктовым или ягодным соком и профильтровать.

• Желатин – это бесцветный, безвкусный и без какого-либо запаха загуститель, полученный из говяжьих и телячьих костей.

• Для того чтобы блюдо с желатином получилось, аккуратно отмерьте его количество. Одного пакета желатина (11 г порошка) достаточно для загустения 450 мл жидкости.

Слишком много желатина сделает блюдо резиновым. Если слишком мало – блюдо не получится.

• Для размягчения желатин насыпьте в холодную жидкость, оставьте, не размешивая, на 15 минут до тех пор, пока он не станет мягким и не разбухнет. Сухой желатин нельзя класть в горячую жидкость! Блюдо, в которое добавляется разбухший желатин, должно быть довольно теплым, чтобы он мгновенно не загустел и не превратился в комки.

• Полностью растопите желатин во время нагревания, но не позволяйте жидкости кипеть, иначе способность желатина густеть уменьшится. Главное – все время мешать, чтобы блюдо не стало комковатым или не расслоилось.

• Желатин можно растворять в маленькой посуде над кастрюлей с кипящей водой.

• Для проверки растворенности желатина возьмите немного раствора в ложку – видимых кристаллов не должно быть.

• При добавлении в желатин фруктов и ягод нарезайте их маленькими кусочками – от крупных кусков желатин будет отталкиваться.

• В сырых ананасах, киви и папайе много энзимов (ферментов), которые разрушают желатин. Из-за этих ферментов плоды киви плохо сочетаются с желатином и молочными продуктами (в сочетании с киви желе на желатине становится жидким, а творог и сливки начинают горчить), и потому при приготовлении желе со свежими плодами киви нужно использовать вместо желатина крахмал, а творог и сливки соединять с киви непосредственно перед подачей к столу или предварительно киви припустить в сахарном сиропе.

• Для быстрого охлаждения смеси с желатином поставьте его в миску с ледяной водой и постоянно помешивайте лопаткой до

тех пор, пока смесь не начнет подниматься, не допуская, чтобы она превратилась в комки. В морозильную камеру смесь ставить нельзя: она может закристаллизоваться.

• Как только смесь с желатином застынет, ее можно вынуть из формы. Опустите дно формы в миску с теплой водой на 10 секунд (не дольше, иначе желатин может растаять). Положите тарелку на форму, быстро переверните и потрясите форму, чтобы освободить смесь.

• Когда выкладываете желе из формы, всегда переворачивайте форму над мокрой тарелкой, чтобы желе можно было легко передвинуть, если оно не попадает в середину тарелки.

• Теплый желатин вливают во взбитые сливки или пюре из плодов тонкой струей, аккуратно перемешивая. Дно посуды, в которую вливают желатин, не должно быть холодным, иначе образуются комки.

• Мутное желе можно осветлить яичным белком. Белок смешайте с холодной водой (1:1), влейте в нагретое желе, тщательно размешайте, доведите его до кипения, снимите с огня, дайте ему осветлиться, а затем процедите.

• Для улучшения вкуса желе в него можно добавить вино или лимонный сок.

• Выложите на дно дольки апельсина перед тем, как заливать в форму желе. Когда вы перевернете желе, дольки апельсина окажутся сверху и образуют красивый узор.

• В молочное желе для улучшения вкуса можно добавить миндаль. Для этого его нужно перебрать, запить горячей водой, прокипятить 3–4 минуты, ядро измельчить в ступке, постепенно добавляя горячую воду, и полученную массу соединить с горячим молоком.

• При добавлении сырого ягодного сока улучшается вкус желе, усиливается его аромат, сохраняется натуральный цвет ягод.

• Очень эффектно выглядит желе «Мозаика». Маленькие кусочки разноцветного желе (треугольники, квадратики) залейте бесцветным желе и охладите.

• Посуда, в которую вливают желе для застывания, не должна быть очень холодной, иначе желе может застыть комками.

• Желе застынет в металлической посуде быстрее, чем в фарфоровой. Если металлическую посуду поместить в чашку со льдом, то процесс застывания ускорится.

• Перед тем как взбивать сгущенное молоко для холодных десертов, его надо охладить, тогда желе будет остывать быстрее.

• Чтобы желе легче нарезать, обмакивайте нож в очень горячую воду перед каждым разрезом.

• Самбук (желе со взбитыми белками) надо готовить из переспелых плодов. Для яблочного лучше всего – антоновка (сорт яблок).

• Для приготовления мусса горячий сироп соединяют с желатином, фруктовым или ягодным соком, процеживают, охлаждают до 30–35 °С и взбивают в густую однородную массу.

• Мусс можно готовить с манной крупой вместо желатина. Крупу варят в воде с сахаром и фруктово-ягодным соком, а затем всю массу охлаждают и взбивают.

• Для муссов и кремов используйте маленькие кофейные чашечки. Они выглядят изящнее.

Варенье

• Плоды и ягоды, предназначенные для варки варенья, должны быть свежими и неперезревшими. Из перезревших ягод варенье получится некрасивым, из недозревших – сырым.

• Варенье нельзя варить в алюминиевой кастрюле (образуются окислы, которые меняют цвет варенья, – оно получается синеватым).

• Для приготовления сиропа нужно взять сахар, в соответствующей пропорции воду, проварить в медном или эмалированном тазу, помешивая деревянной ложкой и снимая пену шумовкой или ложкой.

• Когда будет готов сироп, засыпать в него плоды и дать постоять 8–10 часов. Затем на медленном огне нагреть до появления пузырьков, снять пенку и отставить до полного охлаждения. Так повторить 3–4 раза.

• Варенье нужно варить в несколько приемов: покипит варенье 15–20 минут, снять его с огня на 2–3 часа, затем опять варить 10–15 минут. При этом легче избежать переваривания.

• При варке варенья следует учитывать особенности плодов и ягод. Малину, землянику, клубнику и вишню (без косточек) следует пересыпать сахарным песком и поставить в прохладное место на 10–12 часов. После этого варенье варят в 1–2 приема с небольшими промежутками.

• Варенье из яблок получится лучше, если его варить из плодов, имеющих кисловатый привкус.

• Яблоки сорта антоновка перед варкой варенья рекомендуется положить в насыщенный раствор пищевой соды, после чего промыть, тогда они не разварятся. Очищенные от кожицы и нарезанные дольками яблоки, а также перебранную и промытую черную смородину нужно на 3–4 минуты опустить в кипящую воду, быстро охладить и варить в 3–4 приема с

небольшими промежутками.

• Абрикосы, сливы, вишни (с косточками) наколоть, опустить на 1–2 минут в кипящую воду, слить, а затем уже залить горячим сиропом и варить в 3–4 приема.

• Чтобы без труда снять кожицу с персиков, их на несколько секунд погружают в кипящую воду.

• Крыжовник для варки варенья лучше брать мелкий, недозрелый и выдерживать его перед варкой в холодной воде 6–8 часов.

• Ягоды малины, пораженные личинками малинового жучка, следует выдержать 1,5–2 часа в растворе соли. Когда личинки всплывут, воду нужно слить, а малину промыть чистой холодной водой.

• Мандарины перед варкой варенья нужно положить не менее чем на 5 минут в воду с температурой 80–90 °С, после чего охлаждать в проточной воде в течение часа.

• Чтобы сварить варенье из клюквы или брусники, нужно промыть их 2–3 раза, а затем, засыпав в кипящую воду, проварить в течение 10–15 минут, чтобы размягчить плотную кожицу ягод, и затем охладить.

• В варенье из крыжовника или черноплодной рябины добавьте вишневый лист. Вишневый оттенок улучшит вкус варенья.

• Во время варки варенье нужно встряхивать, а не перемешивать ложкой и непрерывно снимать пенки.

• Очень важно уметь определить момент готовности варенья, так как от этого зависят его качество и сохранность: если пена не образуется, если капля сиропа не расплывается на блюдце, а сохраняет свою форму, варенье можно считать готовым. Если наклонить таз таким образом, чтобы с одной стороны обнажилось дно, провести черту, то при готовности варенья она не исчезает.

• Готовность варенья также можно определить, капнув немного сиропа на листок промокательной бумаги: если вокруг капли не образуется влажного пятна – варенье готово.

• В готовом варенье ягоды или фрукты становятся стекловидными и не всплывают наверх, а равномерно распределены в сиропе. Если ягоды всплывают на поверхность, значит, они не проварились и могут либо заплесневеть при хранении, либо вызвать брожение всего варенья. Если ягоды опускаются на дно, значит, варенье недоварено.

• При появлении прозрачности фруктов варку надо прекратить, даже если еще появляется пена. Варенье готово, когда пенка с крупными пузырьками собирается к центру посуды.

• Если варенье долго остается жидким, приходится затягивать

варку. Так бывает, например, с вишневым вареньем. Но если добавить в него лимонного сока или чуть-чуть яблочного желе, оно загустеет.

• Недостаток сахара в варенье может вызвать брожение, а избыток ухудшает его вкус.

• Варить варенье можно не только на сахаре, но и на меду, который следует брать в том же количестве, что и сахар. Можно в сахар добавить небольшое количество патоки, она предохранит варенье от засахаривания.

• Варенье не засахарится, если при варке в него добавить немного лимонного сока или лимонной кислоты.

• Если варенье чересчур сладкое, в него можно добавить чуть-чуть лимонной кислоты или лимонного сока.

• Варенье в открытой посуде не засахарится, если его посыпать слоем сахарного песка толщиной 1 см.

• Если варенье мутнеет, засахаривается, в него можно добавить немного горячей воды ($^1/_4$ стакана на литровую банку) и поварить 5–6 минут. Можно поставить банки с засахаренным вареньем в кастрюлю с водой и нагревать, пока сахар снова не растворится. Такое варенье следует использовать в первую очередь, ибо оно долго не хранится.

• Если засахарилась смородина, протертая с сахаром, нужно выложить ее в кастрюлю, добавить воду, подкисленную лимонной кислотой, прокипятить 1–2 минуты, помешивая, снять пену и снова залить в банки.

• Если варенье заплесневело, плесень с поверхности нужно осторожно снять и варенье переварить, добавляя на каждый килограмм по 1 стакану сахарного песка. Появляющуюся пенку нужно тщательно снимать. Как только варенье перестанет пениться, убрать его с огня, охладить и переложить в чистые банки. А чтобы варенье не заплесневело вновь, кладут на его поверхность кружок плотной бумаги (ватман), смоченный спиртом или коньяком.

• Чтобы стеклянные банки не лопнули при разливе горячего варенья, их надо подогреть.

Мед

• Нельзя оставлять в банке с медом нож или ложку. Мед содержит кислоты, разрушающиеся при соприкосновении с металлом.

• Засахарившийся мед разогревать нельзя, так как под действием высокой температуры он теряет много ценных свойств.

• Если появилась острая необходимость получить жидкий

мед, поставьте открытую банку с медом в миску с горячей водой и размешивайте его до тех пор, пока он не станет жидким.

• Мед, загустевший из-за кристаллизации сахара, вновь станет жидким, если его слегка разогреть в микроволновой печи.

• Когда вы отмеряете мед для приготовления, смажьте мерную кружку или ложку растительным маслом, тогда мед будет легко выливаться.

• Если патока засахарилась, проделайте с ней ту же процедуру, что и с медом (см. выше).

• Чтобы сохранить от муравьев сахар, мед, варенье, надо смазать края посуды растительным маслом.

• Конфеты без обертки не склеятся, если их пересыпать сахарной пудрой.

• Для того чтобы растопить шоколад, необходимо его поместить в кастрюлю с толстым дном. Кастрюля должна быть сухой, так как влага придает шоколаду зернистую консистенцию. Растапливайте на маленьком огне, постоянно помешивая, чтобы шоколад не пригорел. Растопить шоколад можно и на водяной бане, и в микроволновой печи. В микроволновой печи включите кнопку «средняя» и растапливайте шоколад 1,5–2 минуты. Шоколад в микроволновой печи не будет выглядеть растопленным, пока вы его не помешаете.

• Разлить шоколад нужно в маленькие чашечки или стаканы и поставить в холодильник, чтобы он остыл. Перед тем как подавать на стол, украсьте каждую чашку шоколадной стружкой.

• Шоколад лучше всего подавать с бисквитами.

НАПИТКИ

• Чай лучше всего покупать в специализированных чайных или кондитерских магазинах: вы можете иметь гарантию, что он не находился рядом с продуктами, имеющими резкий запах.

• Хороший чай должен быть крупнолистовым. Если чай низкого качества, то, влив в него немного молока, вы получите серовато-бежевый цвет, если чай высокого качества – цвет будет оранжевый, немного с розовым.

• Дома чай нужно держать в особом месте, изолированном от других продуктов, лучше всего вне кухни.

• Чай не следует держать в начатой пачке, его необходимо пересыпать в специально отведенную для него посуду с крышкой.

• Чай станет гораздо ароматнее, если в коробочку, где он хранится, положить кусочек апельсиновой корочки или щепотку ванили.

• Открывая чай, помните, что руки в это время должны быть чистыми, без какого-либо запаха, особенно туалетного мыла.

• Водопроводная вода годится для заваривания чая только после того, как она в течение нескольких часов отстаивалась в открытой посуде, – за это время запах хлора улетучивается.

• Наилучшей водой для заваривания чая считается родниковая и ключевая.

• Если вам приходится пользоваться очень жесткой водой, то заваривать ею чай нужно только после того, как она не менее суток отстаивалась. Кроме того, старайтесь употреблять сорта чая, отличающиеся повышенной экстрактивностью (вытяжкой).

• Если вода жесткая, нужно увеличить норму закладки сухого чая и время заваривания, тогда экстрагирование (извлечение) произойдет полнее.

• В воду, которой заваривают чай, можно заранее положить немного сахара, щепотку соли, питьевой соды – это смягчит воду, и чай будет ароматнее.

• Вода, предназначенная для заваривания чая, не должна перекипать. Перекипевшая вода придает чаю жесткость, обедняет его и почти полностью лишает аромата.

• Чай получится невкусным, если заваривать его вторично закипевшей или подогретой водой. Не следует также в кипяченую воду доливать свежую и кипятить эту смесь, в этом случае чай утрачивает аромат, вкус и полезное воздействие на организм.

• Воду для чая надо кипятить в чайниках, где полностью отсутствует контакт воды с металлом. Для этого пригодны луженые и эмалированные чайники, а также чайники из так

называемого «белого металла».

• Заваривать чай можно только в фарфоровой или фаянсовой посуде. Фарфор предпочтительнее, так как он способен быстро прогреться насквозь, а это имеет большое значение при заваривании.

• Вкус, аромат чая совершенно пропадут, если во время заваривания чая поблизости будет лежать какой-либо продукт с запахом, а особенно сырое мясо, рыба, масло или сало.

• Средней нормой для заваривания чая считается старинная славянская норма – 1 чайная ложка сухого чая на стакан кипятка.

• До заваривания пустой чайник надо хорошо прогреть – ополоснуть несколько раз кипятком.

• Главное в приготовлении чая – он должен настояться.

• Лучше всего заваривать чай в три этапа. Заварка насыпается в прогретый чайник и заливается кипятком на одну треть. Затем вода сливается и чайник опять заливается кипятком наполовину. Чай настаивается около 2–3 минут, затем чайник полностью доливают кипятком и еще настаивают 2–3 минуты.

• Кусок сахара, брошенный в чайник до того, как чай заливают кипятком (во второй раз), сделает чай более ароматным и крепким.

• Если вы используете фарфоровый чайник, то его надо в процессе настаивания накрыть крышкой, сверху положить льняную салфетку так, чтобы закрыть все отверстия (лучше всего закрывать чайник льняным мешочком, наполненным сухими чайными листьями). Ни в коем случае нельзя накрывать чайник различными утеплителями, куклами-матрешками на вате – от этого чай преет, делается невкусным.

• Если вы используете чайник из термостойкого стекла, то чай заливается холодной водой и ставится на слабый огонь. Чай снимать с огня нужно только тогда, когда появились мелкие белые пузырьки, но нельзя доводить до кипения, тогда чай потерян и восстановить его нельзя. Лучше всего эту процедуру повторить 3 раза с небольшими перерывами для настаивания. Ту же технику заварки применяют и для кофе.

• Если по окончании заваривания появилась пена, значит, чай заварен правильно – не перестоял и не утратил аромата.

• Чтобы пена не осела на стенках чайника, а вошла в настой, чай надо помешать ложечкой.

• Лучше всего пить чай в течение 15–20 минут после заваривания; оставлять его на несколько часов и на другой день нельзя.

• Охлажденный заваренный чай нельзя подогревать, а тем более кипятить. Хотя настой при этом получится крепче, но вкус

и аромат чая безнадежно испортится.

• При желании в стакан с чаем можно влить немного рома, коньяка или красного вина. Чай можно подать с вареньем, медом, лимоном.

• Холодный чай приятно освежает и утоляет жажду.

• Лучшими сортами кофе до сих пор считаются арабские (йеменские).

• Хранить кофе следует в сухом прохладном месте. В теплом и сыром он быстро теряет свои качества.

• Можно восстановить аромат сырых зерен, положив их на 1,5 часа в холодную воду, после чего сразу высушить в духовом шкафу.

• Для получения хорошего ароматного кофе кофейные зерна надо обжарить на сковороде, на медленном огне, непрерывно помешивая, до появления на них маслянистого блеска.

• Жарить кофе нужно в небольших количествах, так как хранить его жареным можно не более недели.

• Перед помолом кофе следует освободить от посторонних примесей; они ухудшают качество напитка и могут привести к поломке кофемолки.

• Жареный кофе станет ароматнее, если его молоть через три дня после жарки.

• Зерна следует молоть перед самой варкой – тогда кофе будет ароматнее.

• Нельзя размалывать кофейные зерна ни слишком крупно, ни слишком мелко, так как чересчур мелко размолотый кофе проходит сквозь фильтр и напиток становится мутным, а крупноразмолотый кофе медленно настаивается и теряет аромат.

• Следует избегать нагрева кофе при помоле. Нагрев способствует удалению летучих ароматических веществ.

• Аромат кофе улучшится и усилится, если перед варкой поджарить смолотый кофе на протертой чесноком сковороде и добавить к нему несколько кристаллов поваренной соли.

• Для приготовления кофе используют свежую некипяченую холодную воду.

• Приготавливают кофе в фарфоровых, фаянсовых, керамических, стеклянных, эмалированных или из нержавеющей стали кофейниках. Кофейники из других материалов отрицательно влияют на вкус кофе.

• Кофейник перед приготовлением ополаскивают горячей водой.

• Кофе будет вкуснее, если в момент закипания опустить в воду щепотку соли и наливать его в подогретые чашки.

• Можно улучшить вкус кофе нехитрым и простым приемом –

добавив чуть-чуть какао-порошка.

• Если вы недоглядели и кофе вскипел, немедленно снимите кофейник с огня и влейте в него несколько капель холодной воды (не более 1 чайной ложки). Этим нехитрым способом легко удастся осадить гущу на дно кофейника, а значит, ускорить подачу напитка на стол с тем, чтобы быстрее «ухватить» остатки аромата.

• Отработанную гущу на дне кофейника следует тотчас убрать, чтобы горькие компоненты не выделялись в готовый напиток. Лучше налить готовый кофе в подогретый сервированный кофейник.

• Прежде чем налить кофе в чашку, ополосните ее кипятком.

• Кофе следует пить горячим, сразу же после того, как он заварен. Оптимальная температура подаваемого к столу кофе – 50–60 ˚С.

• Надо варить кофе столько, сколько выпьешь. Ни в коем случае нельзя смешивать старый и свежесваренный кофе. После того как сваренный кофе уже постоял 15 минут, его нельзя добавлять в свежеприготовленный, так как его горьковатость испортит вкус свежего кофе.

• Кипячение или многократное подогревание кофе ухудшает его вкусовые качества.

• В растворимом кофе кофеина в 4–5 раз больше, чем в натуральном, поэтому дозировку (чайная ложка на стакан кипятка) надо строго соблюдать.

• Кофейник нельзя использовать для других целей – только для приготовления кофе. Его следует всегда держать в чистоте. Он легко моется изнутри, если в нем прокипятить чистую воду с кусочком лимона. Другой способ – налить в кофейник доверху воды, добавить столовую ложку питьевой соды, дать закипеть и затем сполоснуть несколько раз теплой водой. Особого внимания требует к себе носик кофейника, где накапливаются эфирные масла и, окисляясь, приносят в напиток посторонний привкус.

• Чтобы при варке какао не образовались комочки, порошок какао нужно растереть с сахаром, затем добавить небольшое количество холодного молока и опять растереть, после чего в смесь влить нужное количество горячего молока и воды и прокипятить.

• Какао можно не варить – чайную ложку какао-порошка смешивают с чайной ложкой сгущенного молока и заливают кипятком.

• Вкус какао улучшится, если перед тем, как подать его к столу, добавить несколько капель лимонного сока.

• Какао крепит, поэтому пожилым людям и тем, кто ведет

сидячий образ жизни, не следует увлекаться этим напитком.

• Чтобы стакан не лопнул от горячих напитков, поставьте его на деревянную доску или свернутую в несколько слоев салфетку, а в стакан положите ложку. Стакан обязательно лопнет, если будет стоять на цементной поверхности.

• Стакан фруктового или томатного сока, выпитый маленькими глотками натощак, хорошо действует на пищеварение. Он полезен и взрослым, и детям.

• Добавив в томатный сок немного лимонного сока и чуть-чуть меда, можно приготовить оригинальные напитки, которые особенно охотно пьют дети.

• Томатный сок можно сделать дома. Спелые помидоры обдайте кипятком, очистите от кожицы и разрежьте на кусочки. Затем отожмите через марлю сок и поставьте его на холод. На одну порцию обычно идет 250 г помидоров.

• Томатный сок можно приготовить и другим способом. Спелые, очень красные помидоры нарежьте небольшими кусочками, отварите до мягкости, дайте немного остыть и протрите сквозь сито. Полученную массу уварите до густоты меда, посолите, разлейте в бутылки, сверху налейте немного подсолнечного масла. Бутылки очень плотно закупорьте и поставьте в прохладное место.

• Томатный сок нельзя хранить в металлической посуде и на свету – от этого разрушается витамин С. Так что, если сок разлит в светлые бутылки, оберните их бумагой или уберите в темное место.

• Из свекольного отвара получится приятный освежающий напиток, если добавить в отвар имбирь, корицу и лимонную кислоту.

• Если сок приобрел запах спирта или уксуса, значит, он испортился.

• При приготовлении смешанных прохладительных напитков (например, яблочный сок, вода, лимон) сахар рекомендуется предварительно растворить в воде, а затем смешивать с соком.

• Для улучшения вкусовых качеств хлебного кваса можно добавить в него корицу, изюм, мяту и другие пряности.

• Подают напитки охлажденными в кувшинах, кружках, бокалах, фужерах, стаканах. Отдельно подают лед.

СПИРТНЫЕ НАПИТКИ

• Пиво вкуснее всего при температуре 10 ˚С. К нему подают горячие сосиски или сардельки с тушеной капустой, а также сыр, раков, крабов, воблу, рыбные копчености, твердые копченые колбасы, крутые яйца, жареный горох, соленые сухари, соломку и т. д.

• Вина с осадком нельзя взбалтывать, их либо осторожно переливают в другие бутылки, либо за 3–4 дня до того, как подавать к столу, ставят в вертикальное положение. Осадок останется на дне, и вино можно будет осторожно разлить в бокалы.

• В зависимости от содержания спирта, фруктов и пряностей, а также вкусовых качеств ликеры делятся на крепкие, десертные и кремы. Из крепких ликеров наиболее известны «Апельсиновый», «Бенедиктин», «Кристалл», «Мятный», «Шартрез»; из десертных – «Абрикосовый», «Ванильный», «Новогодний», «Розовый», «Шоколадный»; из кремов – «Вишневый», «Кизиловый», «Малиновый», «Смородиновый».

• Белые натуральные вина станут вкуснее, если их охладить зимой до 10–12 ˚С, а летом – до 8–10 ˚С.

• Красные натуральные вина должны иметь температуру 18–20 ˚С.

• Достоинства шампанского наиболее полно проявляются, если пить его охлажденным, но не ниже 6 ˚С.

• Чтобы летом охладить бутылки с напитками, надо их (каждую в отдельности) обернуть чистой мягкой тканью, смоченной водой, и поставить в таз с холодной водой. 1–2 раза в сутки следует воду менять. Так можно снизить температуру напитков до 10–12 ˚С.

• Для охлаждения напитков можно поместить бутылки в холодную соленую воду или завернуть в тряпку, смоченную солевым раствором, а затем поставить в проветриваемое место.

КОНСЕРВИРОВАНИЕ И СУШКА ОВОЩЕЙ, ФРУКТОВ И ЯГОД

• При консервировании овощей и фруктов нужно учитывать места концентрации селитры (нитратов и нитритов) в них: в корнеплодах – это ботва и хвостик; в огурцах, помидорах, патиссонах – место прикрепления плодоножки; в яблоках – кожица и семечки. Поэтому простое мытье, особенно очень красивых, без особых изъянов плодов может оказаться недостаточно эффективным. У плодов рекомендуется срезать кожицу.

• Запомните: если облить овощи или фрукты сначала кипятком, а затем сразу же без промедления холодной водой, то ни вкусовые, ни потребительские их качества не пострадают. Но зато таким образом вы можете обезопасить себя от бактерий.

• Йодированную соль не используйте для заливок и рассолов – консервы будут горчить.

• Предельные сроки хранения после съема до переработки огурцов, патиссонов, помидоров – 24 часа, корнеплодов – несколько суток.

• Пряностями соленья не испортите. Только не забывайте, что хрен «съедает» чеснок, поэтому при закладке хрена увеличивайте норму чеснока.

• Известный кулинар В.В. Похлебкин писал: «Давно замечено, что соленья, приготовленные в полнолуние, невкусны и быстро портятся. Огурцы, например, делаются мягкими, пустыми внутри и безвкусными. Исключение составляет свекла. Все другие виды солений готовьте в новолуние на 5–6-й день».

Консервирование нагреванием

При домашнем консервировании подготовленные овощи и фрукты вместе со специями помещают в подготовленные стеклянные банки, прикрывают жестяными крышками, ставят в кастрюлю с водой и кипятят столько минут, сколько рекомендовано для стерилизации.

• По окончании стерилизации банку осторожно, чтобы не обжечься, вынимают из кастрюли, ставят на стол и немедленно закупоривают при помощи закаточной машинки.

• Крышки перед употреблением надо хорошо промыть теплым раствором пищевой соды (1 чайная ложка на 1 л воды) и пару минут подержать в кипятке.

• Закатанные банки сразу же перевернуть вверх дном и поставить для охлаждения (можно для более длительного прогревания накрыть плотной тканью или одеялом).

• Банка не лопнет (когда кладут в нее горячий продукт), если обернуть ее влажной салфеткой или бумагой и класть продукт постепенно, порциями.

• Если на дно кастрюли, в которой стерилизуют стеклянные банки с продуктами, положить деревянную решетку или сложенную салфетку, банка не лопнет.

• Содержимое банки и вода снаружи (в кастрюле) должны быть на одном уровне – 1,5–2 см ниже края горловины.

• При любом консервировании перезрелые плоды и мягкие ягоды обрабатывают только паром, но не кипятком.

• Сиропы для консервирования варят в медных тазах, а также в эмалированных кастрюлях. Варенье, сваренное в медном тазу, после охлаждения следует сразу же переложить.

• Сахарный сироп можно осветлить при помощи белка сырого яйца (1 белок на 1 л сиропа) – медленно вливают белок в сироп, кипятят и затем процеживают.

• Если сироп загустел, его просто нужно развести кипятком.

• Когда готовят консервированный компот, можно плоды или ягоды залить не сиропом, а кипятком или отваром. Для таких компотов нужны не очень спелые яблоки – мягкие и спелые при стерилизации теряют форму и разваривaются.

• Твердые сорта груш при консервировании лучше очистить от кожицы.

• Чтобы яблоки, груши и айва (уже очищенные и нарезанные дольками) не чернели во время консервирования, перед тем как закладывать их в банки, положите на несколько минут в холодную воду, заправленную небольшим количеством лимонного сока.

• Консервы после вскрытия жестяной банки надо сразу же переложить в неметаллическую посуду.

Засолка и квашение

• Плоды и овощи, залитые рассолом или находящиеся в собственном соку (квашеная капуста), должны находиться в прохладном месте при температуре не выше +5 °С.

• Соль, добавляемая при квашении, не имеет решающего значения, хотя и способствует улучшению вкуса заквашиваемых продуктов. Можно заквашивать и без соли, как делалось в старину. Молочная кислота, образовавшаяся при закваске, становится неблагоприятной средой для развития микробов.

• Для ускорения засолки кончики огурцов надо обрезать, огурцы с пряностями уложить в соответствующую тару и залить горячим рассолом. Такие огурцы через сутки готовы.

• Плесень на соленьях размягчает овощи и портит рассол. Как только появилась плесень, ее нужно тщательно собрать и выбросить, стенки посуды вытереть полотенцем, добавить немного соли и несколько раз в течение дня перемешать рассол.

• Если положить сухую горчицу (на 3-литровую банку – 0,5 столовой ложки), завернутую в марлевую тряпочку, в подготовленную банку с огурцами и накрыть полиэтиленовой крышкой, то огурцы не заплесневеют.

• Если поверх засоленных в открытой посуде овощей положить нарезанный соломкой хрен, овощи не будут быстро плесневеть и вкус их быстро улучшится.

• Чтобы соленые огурцы не заплесневели, можно при засоле в емкость с огурцами положить холщовый мешочек с зернами черного перца (50 г на 7 л рассола), а когда огурцы будут готовы, мешочек нужно вынуть. Доставать его нужно не рукой, а ложкой или вилкой.

Маринование, сушка

• Неблагоприятную среду для микробов можно получить не только за счет молочной кислоты, но и путем добавления к плодам и овощам уксусной кислоты. Уксус не кипятят, а добавляют в стерилизованные банки, а затем их закупоривают металлическими крышками. При мариновании сахар, содержащийся в овощах и фруктах, не расходуется на образование кислоты.

• Высушиванием, то есть удалением влаги из продуктов, также можно создать неблагоприятные условия для микробов.

• Для смеси сухофруктов сушат отдельно каждый вид плодов и ягод, а затем сухими смешивают.

• Плоды сушат на рамах, которые вставляют в духовой шкаф (его дверца должна быть приоткрытой), при температуре 50–60 °С.

• Сушеные яблоки готовы, если их мякоть при надавливании не вминается, а пружинит.

• Сливы для сушки берут зрелые (даже перезрелые), которые начинают падать с дерева. Сушат их сразу, не храня.

• Готовность сливы определяют по виду и на ощупь: слива готова, если она черная, блестит, а косточка «ходит» внутри плода.

• Алыча, бурая или коричневая, жестче сливы.

• Малину нужно собирать в сухую погоду и сушить в духовом шкафу или на печке, но не на солнце. Готовая малина не должна окрашивать руки.

• Лимонные или апельсиновые корки моют, срезают цедру, нарезают ее тонкой соломкой и сушат в духовом шкафу. Сушеные корки можно истолочь в порошок (в ступке или скалкой на разделочной доске) – он улучшает вкус и аромат любого теста, хорош для напитков, запеканок, пудингов.

• Грибы перед сушкой не стоит мыть (кроме сморчков и строчков).

• Сушат грибы вначале в печи или духовом шкафу, а затем окончательно, на воздухе. Белые грибы сушат сперва на солнце, а затем в печи.

• Можно сушить помидоры – только спелые, мясистые, красные.

ХРАНЕНИЕ ПРОДУКТОВ

Правила хранения пищи

• Содержите кухню в чистоте. Чаще стирайте кухонные полотенца, тряпки и губки. Мойте разделочные доски, ножи и другие кухонные принадлежности горячей мыльной водой после каждого использования, в особенности после сырого мяса, птицы и рыбы.

• Никогда не кладите готовую пищу на тарелку, где только что лежали сырое мясо, птица или рыба.

• Не стоит готовить пищу в несколько этапов. Не принимайтесь за готовку, собираясь сделать перерыв, а затем продолжить приготовление. Даже если на время перерыва вы оставите еду в холодильнике, температура ее не успеет достичь безопасной отметки и бактерии будут продолжать размножаться.

• Остатки пищи нужно немедленно убирать в холодильник; не оставляйте их при комнатной температуре больше 2 часов.

• Чтобы еда быстрее охладилась, разделите ее на части и разложите в небольшие емкости.

• Продукты с резким запахом, например салаты с луком, сельдью, анчоусами, копченой рыбой и др., должны храниться в закрытой посуде.

• Если погода жаркая, не оставляйте белковую пищу (курицу, салаты с яйцом и т. д.) вне холодильника больше чем на час.

• Для сохранения готового блюда в жаркое время заверните посуду в тряпочку, смоченную солевым раствором, и поставьте в миску, чтобы в нее стекала вода с тряпочки. Каждые 2–3 часа увлажняйте ее, слегка отжав.

• Кладите только что купленные продукты в глубь холодильника, а более старые – спереди.

• Пишите число, когда вы положили остатки пищи, чтобы знать, как давно они у вас лежат.

• Кладите свертки со свежим мясом, птицей, рыбой на тарелки, а потом уже в холодильник, если собираетесь приготовить их через день-другой. В иных случаях немедленно все замораживайте.

Замораживание продуктов

• Замороженная пища сохраняет цвет, текстуру и питательные вещества лучше, чем пища, сохраненная другими методами.

• Чтобы еда не меняла цвет, текстуру и не покрывалась кристаллами льда, кладите продукты в морозильник в емкостях с плотно прилегающими крышками или плотно заворачивайте в бумагу, пленку или фольгу, предназначенные для замораживания.

• Пельмени, вареники, мелкие закуски, пирожки, ягоды и т. д. разложите на подносе, чтобы они не касались друг друга, были сухими (для теста посыпьте поднос мукой), заморозьте их так, чтобы они стали твердыми, а затем разложите по полиэтиленовым пакетам.

• Заморозить можно кексы и пироги.

• Вареные крупы и бобовые можно заморозить на полгода. Размораживать необходимо при комнатной температуре около часа.

• Жидкие и полужидкие продукты надо замораживать в герметичных емкостях. Оставляйте в них место для увеличения объема жидкости во время заморозки.

• Не замораживайте: сырые овощи – их надо обязательно сначала бланшировать, а то они не будут хрустящими; жареные продукты – они станут влажными; мягкие сыры, майонез, сметану и соусы – они станут водянистыми или расслоятся на части.

• Напишите на пакетах, что и когда вы заморозили, вес мяса и птицы, а также количество порций.

• Не перегружайте морозильную камеру и не добавляйте больше 1 кг пищи на каждый 8 л объема за сутки. В ином случае может произойти изменение температуры и пища испортится.

• Размораживать морозильную камеру надо в том случае, если на ее стенках образовался слой снега толщиной 1 см.

• Готовьте или разогревайте замороженные продукты сразу после оттаивания; бактерии размножаются быстрее в размороженных продуктах, оставленных при комнатной температуре (особенно в рагу, мясных пирогах и подливах).

Сроки хранения продуктов в холодильнике и морозильной камере

Пища	В холодильнике	В морозильной камере
Сырые мясо, птица и рыба	2—3 дня	3—6 месяцев
Сырой мясной или птичий фарш	1—2 дня	3 месяца
Готовый кусок мяса или целая птица	2—3 дня	9 месяцев
Готовые кусочки птицы	1—2 дня	1 месяц или 6 месяцев в бульоне или в подливе
Хлеб	—	3 месяца
Мороженое	—	1—2 месяца
Супы и похлебки	2—3 дня	1—3 месяца
Рагу	2—3 дня	2—4 недели
Печенье	—	6—8 месяцев

Хранение бульонов и супов

• Нельзя долго держать бульон в комнате, потому что это хорошая почва для размножения бактерий. Процесс охлаждения можно ускорить, поставив горячую кастрюлю с бульоном без крышки в раковину с очень холодной водой и иногда помешивая его. Когда бульон остынет, плотно закройте кастрюлю крышкой и поставьте в холодильник. В холодильнике бульон может храниться 3–5 дней.

• Если вы хотите сохранить бульон дольше, то через 3 дня снимите отвердевший жир с поверхности и кипятите бульон 10 минут, а затем, охладив, поставьте его в холодильник еще на 3–5 дней.

• Для хранения даже в холодильнике бульон следует процедить, перелить в чистую стеклянную или эмалированную посуду.

• Хранить бульон из креветочных панцирей можно 1 неделю в емкости с закрытой крышкой в холодильнике и 3 месяца в морозильной камере.

• Бульон из птицы можно хранить в течение 3 месяцев, если его поместить в герметичную посуду и поставить в морозильную камеру.

• Приготовление замороженных бульонных кубиков. Приготовьте бульон, охладите его, удалите застывший жир и кипятите бульон до концентрированного состояния, потом остудите его, налейте в формочки и замораживайте 4 часа.

• Замороженные кубики можно использовать сразу же или убрать для хранения.

• Для хранения выньте кубики из формочек и положите в

пластиковый пакет для замораживания. Пакет запечатайте и храните его в морозильной камере.

• Продолжительное хранение супов резко ухудшает их вкус и вид, приводит к разрушению витаминов. Особенно деформируются при длительном хранении макаронные изделия в супе. Также не подлежат длительному хранению супы-пюре из мясных продуктов.

• Если появилась необходимость в длительном хранении, то охладите оставшийся суп (фруктовый, суп из мяса, птицы, молока, сливок или яиц), залейте в плотно закрывающуюся посуду доверху (ибо воздух в данном случае – враг супа) и храните в холодильнике не более 3 дней. Супы, приготовленные только из овощей и бобовых, хранятся 4 дня. При охлаждении суп может загустеть, поэтому при разогревании добавьте бульона, воды, сливок или молока.

• Рыбные супы или супы из даров моря желательно не хранить. Изысканный аромат и вкус рыбы может исчезнуть уже на второй день.

• Большинство супов хорошо замораживаются. Но супы с кусочками овощей, которые замораживаются не очень хорошо, например супы из корнеплодов, можно измельчить после морозильной камеры, а затем разогреть, налив в них бульона или молока.

• Перед замораживанием не добавляйте в суп сливки, йогурт или яйца, так как при разогревании они могут свернуться.

• Супы-пюре сохраняют свои свойства в морозильной камере 3 месяца. Остальные супы лучше подавать в течение одного месяца после заморозки.

• Лучше всего перед разогреванием дать супу оттаять в холодильнике.

• После замораживания некоторые ароматы могут улетучиться, поэтому разогретый суп нужно непременно попробовать и, если потребуется, добавить приправ.

Хранение мяса, мясных продуктов и птицы

• Мясо, предназначенное для хранения, нельзя мыть, иначе оно быстро испортится.

• Летом мясо можно сохранить свежим в течение 1–2 дней, если завернуть его в смоченную уксусом салфетку и положить в прохладное место. Можно завернуть мясо в мокрое полотенце и положить в глиняную посуду, которую поставить в сосуд, наполненный холодной водой, смешанной с 1–2 горстями соли, и хранить в прохладном месте.

• Мясо хорошо сохранится в течение 4–5 дней, если опустить его в простоквашу, приготовленную из снятого молока, и держать в прохладном месте, или же переложить его листьями крапивы и завернуть в мокрое полотенце или вытереть досуха, а потом обмазать растопленным свежим смальцем. Можно мясо натереть лимонным соком и оставить в холодном месте.

• Мясо сохраняется свежим в течение недели, если завернуть его в полотно, пропитанное салициловой кислотой (1 чайная ложка на 0,5 л воды). Перед употреблением мясо тщательно промывают.

• В сельской местности, если нет ни холодильника, ни подвала, мясные продукты можно хранить в колодце, подвесив их на веревке, а завернутые в бумагу колбасы и сало положить в кафельную печь. На сквозняке (тяге в печи) они долго будут свежими.

• Летом оберегайте мясо от мух. Не ставьте рядом сырые овощи, молочные и вареные продукты.

• Мясо нельзя хранить на льду, так как вкус его ухудшается.

• Храните сырое мясо в самой холодной части холодильника, отдельно от готовой пищи. Свежее сырое мясо хранится в холодильнике 2–3 дня, а замороженное – 6 месяцев. Фарш хранится в холодильнике не более 2 дней, а в морозильной камере до 3 месяцев.

• Собираясь хранить мясо недолго (не более 2 дней в холодильнике, не более 2 недель в морозильной камере), можете оставить его в упаковке, если она не повреждена. Для более длительного хранения в морозильной камере или при порванной упаковке аккуратно заверните мясо в фольгу или плотную полиэтиленовую пленку или кулек, предварительно выдавив из него воздух. Желательно положить записку в каждый кулек, указав содержимое, количество порций и дату.

• Мясо не рекомендуется хранить на доске или завернутым в бумагу, так как бумага и дерево впитывают мясной сок. Купив мясо, переложите его в фаянсовую или глиняную миску и прикройте тарелкой или ситом.

• Если вы собираетесь долго хранить говядину, дичь или мясо кабана, залейте его смесью уксуса, жира и овощей – оно становится нежным и выщелачивается. Маринад можно использовать для приготовления различных блюд.

• В фарше более благоприятное и обширное поле деятельности для бактерий, чем в куске мяса. Поэтому фарш не рекомендуется хранить более 12 часов. Если он не может быть использован в тот же день, можно приготовить из него котлеты или фрикадельки, которые в обжаренном или вареном виде могут

лежать еще сутки.

• Полуфабрикаты, приготовленные из котлетной массы с сырым луком или чесноком, не выдерживают хранения. Их следует немедленно подвергать тепловой обработке.

• Готовые мясные котлеты можно хранить в холодильнике не больше одних суток.

• Отваренные и нарезанные кусками мясные продукты, предназначенные для гарниров, обычно хранят в небольшом количестве теплого бульона.

• Хранить холодные мясные блюда и закуски в холодильнике рекомендуется при температуре не выше 6 °С.

Сроки хранения следующие:

– студень мясной, мясо заливное – не более 12 часов;

– паштет печеночный, мясо отварное – не более 24 часов;

– мясо жареное, мясо птицы жареное – не более 48 часов;

– мясные холодные блюда с гарниром, а также заправленные соусами – не более 30 минут.

• Если нужно длительное время хранить копченое мясо, не мойте его.

• Сырую печень можно хранить определенное время, если смазать ее растительным маслом и положить на холод.

• Соленые языки, сваренные для горячих блюд, следует хранить, не охлаждая, в бульоне, а сваренные для холодных блюд – охлажденными, без бульона. Бульон, оставшийся после варки, можно использовать для приготовления борщей и щей из квашеной капусты.

• Сваренные ножки хранят охлажденными в бульоне или в холодной подсоленной воде.

• Готовые рубцы хранят охлажденными, вынув их из бульона.

• Колбаса дольше не будет портиться, если ее не положить, а подвесить в прохладном месте.

• Можно предохранить колбасу от плесени, окунув ее в крепкий раствор соли.

• Колбаса не высохнет и не изменит цвет, если срез ее покрыть влажным кусочком промасленной (пергаментной) бумаги.

• Легкий налет сухой плесени на твердокопченой колбасе можно снять сухой тряпочкой с солью.

• Чтобы подольше сохранить ветчину, ее сразу же после варки на 15–20 минут вынимают из отвара, кладут в холодную кипяченую воду, а затем подвешивают в прохладном помещении.

• Нарезанная ветчина сохранит свежий и аппетитный вид, если ее ломтики переложить пергаментом, слегка смоченным в воде, а затем обернуть полотенцем.

• Если ветчина немного засохла, «заветрилась», положите ее на полчаса в холодное молоко.

• Чтобы начатые колбаса и ветчина не испортились, смажьте срез яичным белком или положите на него ломтик лимона. Можно также смазать срез жиром.

• Птицу рекомендуется хранить в холодном месте или на сквозняке. Если она будет храниться продолжительное время, ее не моют, а только обтирают чистым полотенцем и заворачивают в бумагу.

• Храните сырую птицу в фабричной упаковке в самой холодной части холодильника; мелкую птицу не более 2 дней, гуся и индейку – не более 4 дней. Храните сырую птицу отдельно от готовых к употреблению продуктов.

• Цельную сырую птицу можно хранить в морозильной камере до 6 месяцев, а разделанную на куски – до 3 месяцев.

• Фарш из птицы может храниться в холодильнике 1 день, а в морозильной камере – до 3 месяцев.

• Потроха храните в холодильнике отдельно и используйте в течение дня.

• Если птица завернута в бумагу или упаковка течет, разверните ее, положите на блюдо и перед тем, как поставить в холодильник, заверните в фольгу или вощеную бумагу.

• Оставшееся мясо от готовой птицы заверните в фольгу и уберите в холодильник. Такое мясо можно использовать в течение 2–3 дней или заморозить до 3 месяцев.

• Оставшуюся начинку при фаршировании птицы заверните отдельно от мяса, уберите в холодильник и используйте в течение 3 дней или заморозьте и используйте в течение 3 месяцев.

Хранение рыбы и беспозвоночных

• Свежую рыбу можно хранить в холодном месте, предварительно почистив ее, вытерев насухо, особенно внутри, обернув промокательной бумагой, заранее пропитанной солью и высушенной, и завернув каждую рыбину в сухую тряпочку.

• В холодное время года рыбу можно день-другой сохранить свежей вне холодильника, если разрезать ее, выпотрошить, не промывая, насухо вытереть и посыпать снаружи и внутри крупной солью, а потом завернуть в чистую тряпочку, смоченную чуть подслащенным уксусом (1–2 кусочка сахара на 0,5 л уксуса).

• В корзине с крапивой свежая рыба может лежать несколько часов, не теряя свежести.

• Перед тем как убрать рыбу на недолгое хранение, промойте ее и высушите, затем положите на блюдо, плотно завернув в

целлофан или пергамент (иначе другие продукты пропитаются рыбным запахом), и поставьте в самую холодную часть холодильника. Температура в месте хранения рыбы должна быть +3–5 °С.

• Рыбу в холодильнике нельзя размещать рядом с продуктами, которые используют без тепловой обработки (колбасные изделия, сыры и т. д.), и теми продуктами, которые могут впитать в себя рыбный запах (молочные продукты).

• Не храните рыбу с потрохами: находящиеся во внутренностях бактерии могут размножиться, и рыба очень быстро испортится.

• Нельзя хранить рыбу в теплое время года, если нет холодильника, погреба или другого холодного места!

• Если замороженная рыба или мороженое филе, купленные в магазине, не идут сразу на готовку, их следует положить на хранение в морозильное отделение холодильника.

• Охлажденную рыбу, которую собираются хранить недолго, нужно сначала выпотрошить и разместить вне морозильника.

• Если вам необходимо заморозить рыбу, то используйте только совершенно свежую. Промойте ее, просушите, затем тщательно заверните в пакеты или упаковку и положите в морозильную камеру не больше чем на 3 месяца.

• Замораживать рыбу лучше с кожей, поскольку кожа помогает защитить мясо от высушивания, независимо от того, цельная рыба (без внутренностей), кусковая или в виде филе.

• Чтобы отварная рыба оставалась сочной, хранить ее нужно под крышкой в небольшом количестве жидкости, в которой она варилась.

• Заливную рыбу нельзя хранить при минусовой температуре.

• Балычные изделия, рыбные консервы, икру, вяленые, соленые и копченые изделия нужно хранить подальше от морозильной камеры.

• Рыбу горячего копчения можно хранить только в холодильнике. В теплое время года ее употребляют в день покупки.

• Чтобы предохранить кетовую, паюсную или зернистую икру от высыхания, нужно залить ее тонким слоем растительного масла и плотно закрыть. Можно также положить поверх икры 2–3 ломтика лимона, посуду закрыть бумагой и завязать. В таком виде икра остается свежей 7–10 дней.

• Открытые рыбные консервы могут сохраняться в холодильнике в течение 3 дней, если переложить их в стеклянную или глиняную посуду.

• Жир сельди под действием воздуха, света и влаги легко

окисляется и приобретает прогорклый вкус, поэтому сельдь рекомендуется хранить в темном и холодном месте.

• Как сохранить неиспользованную баночную сельдь? Для этого ее можно переложить в стеклянную банку, залить рассолом из банки, закрыть полиэтиленовой крышкой и поставить в холодильник. Если нет рассола, то необходимо приготовить специальную заправку: вскипятите обычное пиво вместе с черным перцем горошком и лавровым листом, затем охладите и залейте сельдь, сверху добавьте немного растительного масла, чтобы образовался тонкий масляный слой, и закройте банку крышкой.

• Паштеты из копченой рыбы можно хранить в морозильной камере до 2 месяцев.

• Живых моллюсков можно хранить в холодильнике до 3 дней, закрыв их влажным кухонным полотенцем. Очищенными и плавающими в жидкости – 1 день. Мертвых моллюсков необходимо отсортировать и выбросить.

• Устрицы хорошо сохраняются, если держать их в холодном месте, укрыв мхом или водорослями.

• Устриц в раковинах следует держать в холодильнике не более 2 суток.

• Накройте живых устриц влажным полотенцем на плоском блюде и положите, желательно на лед, в холодильник. Хранить не более 5 дней. Вынутых из раковин устриц можно хранить в холодильнике в емкости с жидкостью не более 1 дня. Жидкость должна полностью покрывать устриц. Если жидкости не хватает, то дополните ее солевым раствором (на 250 г воды – $^1/_2$ чайной ложки соли).

• Живых мидий надо хранить в холодильнике, разложив в один слой и накрыв влажным полотенцем, не более 2 дней. Мертвых мидий выбрасывайте.

• Свежих кальмаров следует хранить в холодильнике в емкости с закрытой крышкой не более 2 дней.

• Живых омаров можно хранить несколько часов на льду в холодильнике, завернув во влажную ткань.

Хранение круп, бобовых, муки, соды и дрожжей

• Сухие крупы и бобовые могут храниться около года, но со временем они высыхают и становятся менее вкусными. Лучше всего покупать их в малых количествах и использовать в течении полугода.

• Крупы и муку лучше всего хранить в ящиках или в коробках из жести. Можно и в мешочках, но тогда хотя бы раз в месяц их следует проветривать, перемешивая. Сверху в мешочек положите

немного древесного угля. Благодаря ему можно избежать проникновения насекомых, предупредить увлажнение муки и крупы и появление затхлости.

• В старину муку и другие сыпучие продукты чаще всего хранили в полотняных мешочках. Если полотняные мешочки прокипятить в насыщенном растворе соли в течение 15–20 минут, то продукты, которые будут в них храниться, не будут повреждены жучками.

• Чтобы в муке и рисе не заводились черви и долгоносики, положите в каждый мешочек несколько зубков чеснока в шелухе. Верхние покровы зубков старайтесь не повредить, так как чеснок от этого загнивает.

• Храните муку-крупчатку в емкостях с плотно закрывающейся крышкой в холодном, сухом месте не больше года, непросеянную муку – не больше 3 месяцев. Если хотите сохранить муку подольше – поставьте ее в холодильник.

• Муку следует хранить в той упаковке, в которой она продавалась, в прохладном месте с доступом воздуха. Если в кухне влажный воздух, храните пакет с мукой в жестяной посуде с крышкой.

• Храните крупы и бобовые в емкостях с плотно закрывающимися крышками в холодном, сухом месте. Отруби, оставшиеся в коричневом рисе, кукурузной муке и других крупах, делают эти продукты опасными для здоровья, поэтому лучше хранить продукты в холодильнике или морозильнике.

• Вареные макаронные изделия, рис можно хранить во влажном состоянии в большом полиэтиленовом пакете с небольшим количеством растительного масла, которое нужно добавить в лапшу, чтобы она не подсохла. Перед тем как подавать, разогрейте лапшу в большой кастрюле с крышкой или в духовом шкафу на медленном огне. Вареную крупу можно хранить в холодильнике до 5 дней.

• Вареную фасоль можно хранить в холодильнике в емкости с плотно закрывающейся крышкой и хранить 4–5 дней.

• Сухие макаронные изделия могут храниться в сухом, прохладном, темном месте до года (с отрубями – до 6 месяцев).

• Свежие макаронные изделия фабричного производства храните в холодильнике в соответствии с инструкцией на упаковке до 1 недели или в морозильной камере – до 1 месяца.

• Питьевую соду держите в емкости с плотно закрывающейся крышкой в прохладном месте, где она может храниться год.

• Пекарский порошок в стеклянной банке с плотной крышкой можно хранить в шкафу полгода. Чтобы проверить качество пекарского порошка, добавьте 1 чайную ложку его в небольшое

количество горячей воды. Вода должна без подогрева закипеть.

• Панировочные сухари храните в шкафу полгода или, чтобы запах не изменился, поставьте в холодильник, там можно хранить 2 года.

• Влажные и крошащиеся свежие дрожжи быстро портятся. Храните их в холодильнике не более 2 недель или в морозильной камере до 3 месяцев. После оттаивания дрожжи нужно использовать немедленно.

• Свежие дрожжи можно сохранить в муке, завернув их предварительно в кусок пергаментной бумаги.

• Дрожжи долго будут свежими, если их поместить в стакан и утрамбовать так, чтобы они занимали половину стакана, затем стакан опрокинуть на блюдце с водой.

• Дрожжи сохранятся свежими в течение 2 недель, если их мелко нарезать, сложить в банку, залить холодной водой и поставить в холодное темное место.

• Дрожжи можно сохранить длительное время свежими, если положить их в стеклянную банку и залить растительным маслом.

• Помогает сохранению дрожжей и такой способ: дрожжевую палочку раскрошить и подсушить – летом на солнце, зимой на батарее центрального отопления. Перед употреблением измельченные дрожжи размочить в теплой воде или молоке.

• Дрожжи не теряют своих свойств в течение нескольких недель, если их перетереть с мукой, подсушить, положить в стакан и присыпать мукой. Можно положить дрожжи в размельченную соль.

• В холодном месте дрожжи можно хранить в некрепко завязанном полиэтиленовом пакете 4–5 дней.

• Сухие дрожжи надо хранить в сухом прохладном темном месте в неповрежденной упаковке. Если вы упаковку вскрыли, то поставьте ее в холодильник.

Хранение теста и мучных изделий

• Если готовое тесто необходимо сохранить до следующего дня, его нужно положить в холодильник в полиэтиленовом пакете или кастрюле с плотно закрытой крышкой, смазав предварительно растительным маслом, чтобы оно не «заветрилось». Вынутому из холодильника тесту перед выпечкой нужно дать еще раз подойти.

• Сухие изделия из теста сохраняются длительное время, если положить их в жестяную коробку, плотно закрыть и держать в прохладном помещении.

• Чтобы пироги не засыхали, их лучше хранить в глиняной

посуде, накрытой салфеткой, или в полиэтиленовом мешочке.

• Чтобы кулич долго не черствел, до подачи на стол его нужно оставить в фольге, в которой выпекали. Если кулич выпекался без фольги, его необходимо вынуть из формы, дать полностью остыть, завернуть в пищевую пленку и так хранить.

• Торты содержат много жира и поэтому остаются свежими 2–3 дня.

• Торт не будет засыхать, если в коробку, где он лежит, положить яблоко.

• В кексах мало жира, они быстро черствеют, поэтому лучше съедать их в течение 1–2 дней.

• Остатки кекса храните в закрытой посуде.

• Сборные торты и кексы в сахарной пудре лучше хранить под перевернутой большой миской.

• Торты и кексы с начинкой и глазурью, содержащей взбитые сливки, творог, сметану, йогурт и яйца, всегда храните в холодильнике.

• Торты и кексы, завернутые в прозрачную пленку, можно хранить в морозильной камере до 3 месяцев.

• Свежее печенье хорошо сохраняется в полиэтиленовых мешочках.

• Твердые изделия из воздушного теста можно хранить неделю в емкости с плотно закрывающейся крышкой.

• Хлеб не будет черстветь в течение продолжительного времени, если его хранить в хлебнице, в закрытой эмалированной или фарфоровой посуде. Не следует хранить вместе черный и белый хлеб – вкус белого от этого ухудшится.

• Храните хлеб при комнатной температуре.

• Хлеб долго сохранит вкус и запах свежего, если положить его в эмалированную кастрюлю, на дне которой будет лежать кусочек очищенного картофеля, или немного соли, или разрезанное яблоко.

• Разумеется, время от времени посуду нужно тщательно мыть и просушивать.

• Чтобы черствый хлеб не заплесневел, надо следить, чтобы на него не попадала влага. Положите в хлебницу кусочек древесного угля, завернутого в марлю (он поглощает влагу).

• Большинство хлебов можно замораживать в морозильной камере и там хранить до 3 месяцев. Хлеб полностью охладите, затем положите в полиэтиленовый мешок, выдавите из него воздух или плотно заверните в толстую фольгу.

Хранение молочных и молочнокислых продуктов

• Чтобы сохранить молоко свежим как можно дольше, его следует кипятить с сахаром (1 столовая ложка сахара на 1 л молока), а летом – с содой (на кончике ножа).

• Молоко не следует хранить на свету, так как оно при этом теряет витамины.

• Как свежее, так и кипяченое молоко следует хранить в холодильнике. Если нет холодильника, посуду с молоком нужно поставить в другую, более широкую посуду с водой и накрыть чистой мокрой салфеткой, края которой опустить в воду. Из салфетки все время будет испарятся вода, и это настолько охладит кастрюлю с молоком, что оно не скиснет даже в самый жаркий день.

• Чтобы сохранить молоко свежим несколько суток при отсутствии холодильника, нужно кипятить его утром и вечером и не накрывать крышкой, пока не остынет.

• Если в молоко добавить щепотку соли, то это предохранит его от быстрого скисания.

• Молоко нельзя хранить в алюминиевой кастрюле. Вскипятив в ней, перелейте молоко в стеклянную, эмалированную или глиняную посуду.

• Молоко и сливки после замораживания пригодны к приготовлению пищи и выпечки.

• Соблюдая все правила, указанные на этикетке, сухое молоко можно хранить до 12 месяцев. Если оно открыто, срок хранения – несколько дней.

• Взбитые сливки прокисают особенно быстро, поэтому их нужно хранить при температуре не выше 4 ˚С.

• Как хранить сливки без холодильника: поставьте упаковку со сливками в посуду с водой и накройте упаковку влажной тканью. Погрузите концы ткани в воду, чтобы ткань не высохла. Часто меняйте воду.

• Чтобы молочнокислые продукты не портились, их следует хранить при температуре 8–10 ˚С.

• Все кисломолочные продукты при замораживании свертываются.

• Храните сыр, сливки, молоко, йогурт, маргарин и сливочное масло в плотно закрывающихся емкостях, чтобы они не поглощали запахи других продуктов.

• Сметана, творог, сливочное масло хорошо сохраняются, если их поставить в какой-либо посуде в холодную воду. Летом воду следует менять несколько раз в день.

• Творог хорошо сохраняется вне холодильника, если и его завернуть в чистую холодную влажную белую ткань и держать при температуре не выше 15 ˚С.

• Хранить надо творог плотно уложенным в стеклянную, фарфоровую посуду, накрытую крышкой. Срок хранения творога при температуре 0 – +6 ˚С – до 12 дней.

• Хранить творог можно в холодильнике в эмалированной кастрюле, бросив туда несколько кусочков сахара.

• Брынзу можно долго хранить, если ее завернуть в чистую ткань и посыпать сверху солью.

• Брынзу можно хранить продолжительное время в рассоле (15 % соли), накрыв посуду, в которой она находится, белой тканью, смоченной холодной водой и тщательно отжатой.

• Чем тверже сыр, тем, как правило, он дольше хранится. Свежие мягкие сыры, в особенности козьи, нужно съедать как можно быстрее.

• Храните все сыры в холодильнике плотно завернутыми, чтобы они не высыхали. Оставляйте первоначальную обертку нетронутой или заверните вновь в вощеную бумагу, фольгу или прозрачную пленку. Сыр будет сохраняться дольше, если обертку менять каждые несколько дней.

• Сильнопахнущие сыры следует завернуть и положить в емкость с плотно закрывающейся крышкой.

• В холодильнике сыр следует класть подальше от морозильной камеры. Срок хранения: твердые сыры – 1 месяц, мягкие – 7–8 дней.

• Тертый сыр хорошо сохраняется в банке с завинчивающейся крышкой.

• Сыр не рекомендуется долго хранить на холоде, так как он теряет влагу и становится излишне твердым.

• Если нет холодильника, сыр нужно хранить целым куском отдельно от других продуктов, завернув его в смоченный соленой водой лоскут белой ткани. Лоскут следует смачивать не реже раза в сутки.

• Чтобы предохранить сыр от высыхания, положите рядом с ним кусочек сахара и накройте тарелкой. Целую неделю сыр будет совершенно свежим.

• У плавленых сыров сроки хранения более длительные, чем у твердых, но срезы их быстро желтеют, высыхают, поэтому они должны быть закрыты фольгой.

• Плавленые сыры при комнатной температуре можно хранить до 2 недель, а в холодильнике при температуре ниже 10 ˚С – до 2 месяцев.

• Даже если вы соблюдаете все правила хранения, поверхность твердого сыра может заплесневеть; тогда просто срежьте заплесневелую часть, и сыр снова можно есть.

• Заплесневевшие мягкие сыры следует выбросить, поскольку

плесень может проникнуть внутрь сыра.

• Твердые и полутвердые сыры можно замораживать и хранить до 3 месяцев. Упаковывать сыр необходимо в водонепроницаемую пленку.

Хранение яиц

• Для хранения нужно отбирать яйца с чистой целостной скорлупой и одного размера.

• Старайтесь положить яйца в холодильник сразу же после покупки.

• Храните яйца в самом холодном месте холодильника, желательно не в его дверце.

• Яйца следует хранить при температуре 1–2 °С.

• Держите яйца в закрытых ячейках, чтобы пористая скорлупа не поглощала другие запахи. А сами ячейки размещайте подальше от остро пахнущих продуктов.

• Кладите яйца острием вниз, чтобы желток оказывался в центре.

• Холодные яйца не рекомендуется сразу переносить в очень теплое помещение.

• При отсутствии холодильника яйца можно хранить следующим образом: обтереть каким-нибудь маслом или жиром и уложить в ящик с овсом острыми концами вниз. Яйца не должны касаться друг друга; верхний слой овса должен быть толщиной 4–5 см, а промежуток между рядами – 2–3 см. Накрыв ящик крышкой, его ставят в сухое холодное место.

• Яйца хорошо сохраняются в соленом растворе (20 г соли на 1 л воды).

• Яйца можно хранить, обмазав их льняным маслом, парафином, вазелином или смесью воска и растительного масла. После этого каждое яйцо нужно обернуть бумагой, уложить в корзину и поставить в прохладное место. Можно положить в ящик, пересыпав чистым, сухим песком.

• Яйца можно долго хранить в растворе гашеной извести (из расчета 300–400 г извести на 7 л воды). Укладывать яйца нужно острием вниз, слой раствора поверх яиц – 20 см.

• Если яйца хранят длительное время, то их нужно ставить острыми концами вниз, чтобы они могли «дышать», так как на тупом конце яйца имеются поры, которыми оно поглощает кислород и выделяет углекислый газ. Время от времени яйца надо переворачивать, чтобы желток не оседал на одной стороне.

• Яйца, сваренные всмятку, хорошо сохраняются в сухом и прохладном месте.

• Сваренные вкрутую яйца в скорлупе можно хранить в холодильнике неделю.

• Белки не должны долго находиться в тепле, так как в них развиваются вредные бактерии. Их следует хранить в холодильнике или в холодном помещении, прикрыв крышкой или завязав пергаментной бумагой посуду, в которой они находятся. Использовать их необходимо в течение 4 дней.

• Неиспользованные желтки могут сохраниться свежими, если их опустить в банку с холодной водой и поставить в холодильник. Используйте желтки в течение 2 дней. Перед использованием воду слейте.

• Можно замораживать яичный белок, а если поместить в воду желток, то можно заморозить и его.

• Яичный порошок может продолжительное время сохранять свои качества, если его хранить в плотно закрытой посуде в холодном помещении.

• Растворенный в жидкости яичный порошок нельзя оставлять до следующего дня: он может испортиться.

• Оставшиеся от приготовления блюда взбитые яйца нельзя оставлять до следующего дня: они испортятся.

• Чтобы заморозить оставшиеся сырые яйца, смешайте белки с желтками, перелейте в емкость для замораживания и плотно ее закройте.

• Яичные белки можно замораживать и отдельно.

• Чтобы желтки не загустели, их перед замораживанием следует посолить или добавить в них сахар (это зависит от того, какие блюда вы будете готовить – сладкие или острые). К 4 желткам прибавьте $^1/_8$ чайной ложки соли или 1,5 чайной ложки сахара, перемешайте, а затем заморозьте, как обычно.

• Оттаивайте замороженные яйца в холодильнике.

Хранение овощей

• У разных овощей разное назначение, поэтому правильное хранение продлевает их жизнь. Лучше покупать овощи в количестве, которое вы можете быстро использовать.

• В сырых плодах и овощах под воздействием прямых лучей солнца разрушаются витамины. Не надо оставлять на свету и блюда, приготовленные из продуктов, содержащих витамины, например салат из сладкого перца, зеленого лука, компоты из кураги. Хранить их нужно в закрытой посуде в холодильнике или погребе.

• Большинство овощей лучше хранятся, если их поместить в самый холодный отсек холодильника – обычно это нижняя полка

или ящик – в бумажном или пластиковом пакете. Не закрывайте пакет герметично, поскольку на поверхности овощей в процессе конденсации могут образоваться капли, и это ускорит порчу.

• Для недлительного хранения (особенно в весенний период) таких овощей, как капуста (нужно снять три верхних листа), огурцы, помидоры, лук зеленый, листовая зелень и др., нужно их перебрать, очистить от грязи, обдать кипятком, положить в бумажный кулек или завернуть во влажное полотенце, а затем положить в холодильник.

• Храните картофель, лук, чеснок, зимние кабачки и т. д. в прохладном, темном и хорошо вентилируемом месте, но не в холодильнике. Чтобы овощи меньше портились, храните лук и картофель отдельно. При хранении в холодильнике картофель может стать сладким и будет темнеть во время варки.

• Чтобы квашеные овощи не прогоркли, их не рекомендуется хранить в теплом месте.

• Сушеные овощи заворачивают в пергаментную бумагу и хранят в сухом помещении в деревянных ящиках, фанерных и картонных коробках.

• Для длительного хранения рекомендуется покупать картофель поздних сортов. Хранить его нужно в деревянных или картонных ящиках с отверстиями в сухом, прохладном и темном помещении при температуре 3–5 ˚С. При температуре 0 ˚С крахмал быстро превращается в сахар, и картофель становится сладким. Каждые 15–20 дней картофель нужно перебирать.

• При хранении клубней картофеля на свету в них повышается содержание вредного вещества – соланина.

• Картофель, очищенный не более чем за час до приготовления, можно хранить без воды, покрыв чистой влажной тканью.

• После замораживания картофель можно использовать в пюре и запеканках.

• Для хранения следует покупать позднюю, осеннюю капусту, имеющую плотные головки. Головки должны быть без повреждений, не вялые и не подмороженные. Оставлять на головках нужно 3–4 зеленых листа. Хранят капусту в темном, сухом и прохладном помещении: на полках или в ящиках с отверстиями. Головки укладывают в один ряд кочерыжками вверх. Если капуста будет храниться на полу, то кочерыжки следует обрезать на 2–3 см от последнего листа. А если ее собираются подвесить к стене или к потолку, то оставляют кочерыжки нетронутыми. Зимой время от времени надо осматривать головки и снимать загнивающие листья. В южных районах Украины с мягкой зимой капусту можно хранить в земле.

Для этого перед наступлением морозов нужно выбрать наиболее рыхлые головки и выкопать их вместе с корнями. Затем прямо на грядке вырыть канаву глубиной 30 см и шириной с головку капусты, в нее уложить капусту кочерыжками вверх и засыпать землей слоем в 10 см. Когда наступят холода, слой земли нужно увеличить на 30 см. К февралю-марту головки капусты увеличатся в весе, станут плотными и белыми, а по вкусу и сочности капуста будет такой, как будто ее сняли с грядки.

• Цветная капуста плохо сохраняется. На свету даже через самое непродолжительное время головки сереют и портятся. Поэтому капусту надо хранить в холодильнике.

• Вареную цветную капусту можно хранить в горячем отваре, но не долго, так как при этом изменяется ее цвет и ухудшается вкус.

• Морковь, свеклу, петрушку, сельдерей можно сохранить в течение 3–4 месяцев, если отрезать у них ботву и листья, уложить их в ящики головками наружу, пересыпать каждый ряд чистым сухим речным песком и поставить в темное прохладное место. Температура хранения – около 2 °С.

• Морковь лучше сохраняется, если перед укладкой на хранение сбрызнуть ее водным настоем сухих чешуек лука.

• Очищенная морковь быстро вянет. В воде ее держать нельзя: разрушается витамин С, теряются минеральные соли. Лучше всего хранить очищенную морковь, прикрыв чистой влажной тканью, но не более 2–3 часов.

• Перец, помидоры и баклажаны хорошо хранить в корзине, подвешенной в проветриваемом месте.

• Чтобы подольше сохранить помидоры (перезрелые), огурцы, баклажаны, кабачки, сладкий перец, их укладывают в один ряд в пластмассовый ящичек или эмалированную кастрюлю и держат, не накрывая крышкой, на нижней полке холодильника. Помидоры укладывают плодоножками вверх.

• Не храните помидоры в холодильнике, поскольку холод убивает их аромат; класть помидоры в холодильник следует, когда они перезрели. Во всех остальных случаях храните их при комнатной температуре вдали от прямых солнечных лучей, чтобы они не стали мягкими. Недозрелые помидоры можно поместить в бумажный пакет и для ускорения созревания положить к ним яблоко.

• Свежие помидоры могут храниться 30–45 дней. Для этого следует собрать плоды, когда зеленоватая окраска кожицы приобретает молочный оттенок, уложить их в небольшие ящики и хранить при температуре 10–12 °С. Еще лучше пересыпать ряды помидоров песком.

• Свежие помидоры можно сохранить до января. Для этого осенью отберите зеленые здоровые плоды. Каждый из них оберните бумагой, уложите в ящик или корзинку, застланную соломой, и храните при температуре 11–13 °С в темном месте.

• Сушеные помидоры хранят в полотняном или марлевом мешочке в сухом и проветриваемом помещении.

• Зеленые огурцы можно сохранять свежими несколько дней, если держать их погруженными на три четверти в воду хвостиками вниз. Воду следует менять ежедневно.

• Зеленые огурцы сохранятся свежими несколько дней, если уложить их в эмалированную посуду и держать на нижней полке холодильника, не закрывая крышкой, или завернуть в мокрое полотенце. Если обернуть каждый огурец пленкой, то они не засохнут.

• Огурцы плохо переносят хранение с яблоками.

• Чтобы огурцы сохранить на зиму свежими, их нужно обмыть кипяченой водой, вытереть насухо, а затем обмазать яичным белком, не оставляя непокрытых мест. Лучше огурцы брать с корешком, чтобы после обработки их можно было повесить в прохладном сухом помещении.

• Соленые и квашеные овощи рекомендуется держать на холоде и следить, чтобы они всегда были покрыты рассолом. Если появилась плесень, следует тщательно снять ее, промыть круг, ткань и груз, ошпарить их кипятком и снова положить на место.

• Небольшое количество баклажанов можно хранить в ящике, обернув газетами, а еще лучше – засыпав золой или толченым углем.

• Перец может храниться всю зиму в деревянном ящике, пересыпанный речным песком.

• Плоды перца хорошо сушатся. Острый перец нанизывают на нитку или шпагат через середину стручка, сладкий – через хвостики. Кроме того, каждый плод надо наколоть возле хвостика, чтобы просушить его внутреннюю часть. Нанизанные плоды подвешивают в тени или на солнце, но обязательно на ветерке.

• Редис очень быстро вянет и портится, его нужно хранить только в холодильнике, там он сохраняется 2–3 дня. Замачивать увядшие корнеплоды бесполезно. При хранении смачивать можно только ботву.

• Не следует хранить вареную брюкву более 3 часов, так как за это время в ней полностью разрушается витамин С.

• Лук и чеснок лучше всего хранить в венках или в сетке в прохладном сухом помещении. Перед закладкой на хранение их следует хорошо просушить.

• Хранить репчатый лук желательно в один слой в сухом, прохладном, темном, проветриваемом месте.

• Лук можно хранить и в морозильной камере – вкусовых качеств он не теряет.

• Чтобы сохранить зеленый лук свежим 15–20 дней, надо его перебрать, отбросить несвежие листья, смочить корни водой, оставляя сухими перья. Затем корни вместе с луковицей обернуть мокрой тряпочкой, а сверху бумагой, завязать у основания перьев шпагатом и положить в полиэтиленовый мешочек.

• Тыква может сохраняться до полугода в сухих, защищенных от холода, но хорошо проветриваемых подвалах, погребах.

• Тыкву, как и арбуз, можно заготавливать на зиму (например, солить).

• При хранении очищенные спаржа, артишоки и кукуруза меняют свой цвет, поэтому чистить их надо непосредственно перед тепловой обработкой.

• Если свежесрезанную спаржу нужно сохранить 1–2 дня, то заверните ее во влажную ткань и положите на холод или обрежьте стебельки, поставьте побеги вертикально в высокий стакан с водой (высота воды приблизительно 2–3 см) и накройте.

• Чтобы не ухудшился вкус, отварную спаржу и артишоки хранят в отваре, тогда как большинство овощей после варки сразу же откидывают на дуршлаг.

• Петрушку и сельдерей (коренья) можно сохранить в течение 4 месяцев, если уложить их в ящик, пересыпать сухим песком и поставить в темное прохладное место.

• Чтобы сохранить цвет очищенного сельдерея, нужно завернуть его во влажную салфетку и хранить в темном прохладном месте.

• Большинство свежей зелени быстро портится, поэтому покупайте ее в небольшом количестве.

• Свежие листовые овощи: зеленый салат, шпинат, ревень, щавель – нельзя хранить более 2–3 дней. В сухом месте они быстро увядают, а во влажном – покрываются плесенью. Наиболее благоприятные условия для их хранения – температура 0 °С, умеренная влажность воздуха – 85–90 % и плотная укладка в корзины или ящики.

• Если нужно сохранить на протяжении нескольких дней салат, шпинат, щавель, зеленый лук, укроп, петрушку, их нужно сбрызнуть водой, уложить в полиэтиленовый мешочек или пергамент и держать в холодильнике.

• Чтобы зелень дольше сохраняла свежесть, наполните стеклянную банку на 2 см водой, опустите в нее зелень, предварительно подрезав стебли, закройте банку крышкой и

поставьте в холодильник.

• Зелень лучше хранить в темном месте, чтобы не разрушался витамин С. По этой же причине и сушить ее нужно вдали от солнечного света.

• Укроп хорошо сохраняется, если опустить стебли примерно на 1 см в холодную воду.

• Зелень петрушки, укроп сохраняются свежими несколько дней в самую большую жару, если их держать в плотно закрытой, совершенно сухой посуде, причем зелень должна быть тоже сухой. Еще лучше зелень сохраняется в вакууме.

• Если вымытую зелень петрушки, сельдерея завернуть в фольгу и положить в морозильную камеру, то она сохранит свежесть 2–3 месяца, причем не изменится запах и вкус.

• Если завяла зелень петрушки, сельдерея, зеленого салата, то их на 30–40 минут нужно положить в холодную воду.

• Чтобы сохранить листья сельдерея, петрушки и укроп на зиму, их следует хорошо промыть, высушить, мелко нарезать, смешать с солью и, плотно уложив в стеклянные или глиняные емкости, поставить в холодильник. Такая зелень хороша в любом бульоне, но следует помнить, что бульон в этом случае солить не нужно.

• Чтобы засушить свежую траву, сначала прополощите ее и обсушите. Повесьте в пучках траву за стебли листьями вниз в сухом, теплом месте вдали от яркого света. Когда листья станут хрупкими (обычно через несколько дней, самое большое – через неделю), оборвите их, а стебли выбросьте. Храните сухие травы в плотно закрывающихся емкостях в прохладном, темном месте.

• Чтобы заморозить зелень, промойте ее. Обсушите, выбросьте стебли, разложите по пластмассовым емкостям или полиэтиленовым пакетам. Замороженная зелень темнеет, но вкус у нее не меняется.

• Можно заморозить листики травы в кубиках льда, залив водой так, чтобы она покрыла полностью зелень. Кубик бросаете в пищу в конце ее приготовления.

Хранение грибов

• Свежие грибы нельзя хранить больше 2–3 часов. Особенно быстро портятся грибы, собранные в дождливую, сырую погоду. Лучше сразу же подвергнуть их тепловой обработке. Если же вы не можете сразу заняться грибами, залейте их холодной подсоленной водой.

• Чтобы сохранить шампиньоны свежими, их следует на несколько часов замочить в холодной воде, обрезав загрязненные

части ножек, затем промыть и варить 30–40 минут в подсоленной воде, добавив сливочное масло и лимонную кислоту. После этого их рекомендуется разлить в стеклянные банки и поставить в холодное место.

• В отличие от других свежих грибов трюфели хорошо сохраняются в течение месяца, а в песке – в течение 2 месяцев.

• Готовые блюда из грибов храните в холодильнике не более суток.

• Блюда с грибами и картофелем хранить нельзя.

• Хранить сушеные грибы можно в плотно закрытом сосуде или нанизанными на нитку, но обязательно в сухом месте, так как они впитывают в себя влагу из воздуха.

• Для снижения влажности воздуха рекомендуется использовать влагопоглотители – хлористый кальций или негашеную известь.

• Не рекомендуется держать сушеные грибы рядом с продуктами, обладающими резким запахом или содержащими влагу (лук, чеснок, фрукты, творог).

• Соленые грибы нельзя хранить в теплом месте, но нельзя и замораживать. В том и другом случае они темнеют.

• Во время хранения соленых грибов нужно следить за тем, чтобы не появилась плесень. Время от времени ткань и кружок, которыми грибы покрыты, промывают в горячей, слегка подсоленной воде.

• Маринованные грибы храните в сухом, темном, прохладном месте.

• В случае появления плесени все грибы следует откинуть на дуршлаг и промыть кипятком, после чего сделать новый маринад, переварить в нем грибы и, сложив их в чистые банки, налить сверху слой растительного масла и завязать бумагой.

• Чтобы предотвратить появление плесени или закисание, маринованные грибы во время хранения можно залить растительным маслом или бараньим жиром.

Хранение масел и жиров

• Лучше всего хранить сливочное масло в холодильнике.

• Если холодильника нет, храните масло в фаянсовой, стеклянной или эмалированной посуде, залив холодной подсоленной водой. Вода защищает масло от влияния не только тепла, но также воздуха и света. Воду нужно менять не реже одного раза в сутки.

• Есть еще и другой способ хранения масла. Деревянную или глиняную посуду тщательно моют крепким кипящим уксусом,

наливают в нее немного уксуса и оставляют на полчаса. Затем посуду ополаскивают тем же уксусом и ставят на некоторое время вверх дном, чтобы вытекла жидкость. Масло, сохраняемое в такой посуде, не изменяет своего вкуса и долгое время остается совершенно свежим.

• Сливочное масло дольше сохранится свежим, если завернуть его в чистую пропитанную уксусом салфетку и накрыть миской, положив под нее два кусочка сахара.

• Сливочное масло долго остается свежим, если его разделить на кусочки весом 100–150 г, плотно завернуть в пергаментную бумагу и положить в стеклянную банку с очень соленой водой. Менять воду следует не реже одного раза в день, хранить банку в темном месте.

• Продолжительное время сливочное масло можно хранить только в топленом виде.

• Подсолнечное масло в закупоренной бутылке при комнатной температуре можно хранить не больше полугода.

• Масло в начатой бутылке нужно использовать в течение месяца, иначе оно прогоркнет.

• Растительное масло не прогоркнет, если налить его в бутылку из темного стекла почти доверху, залить 50 г водки и хорошо закупорить. Хранить масло нужно в сухом прохладном месте.

• Оливковое масло можно держать открытым в прохладном темном месте до полугода.

• Арахисовое масло не открытое может храниться в шкафу целый год. Чтобы масло не прогоркло, после открывания поставьте его в холодильник.

• Пищевые жиры надо хранить в темном, сухом и прохладном месте, в закрытой посуде. При хранении жира на свету посуда должна быть светонепроницаемой.

• Гусиный жир нельзя хранить продолжительное время. Как и все жиры, его хранят в холодном, сухом и темном месте.

• Свиной жир долго сохраняется в стеклянной, эмалированной или глиняной посуде в холодном помещении.

• Чтобы дольше сохранить говяжье, баранье или свиное сало, в него добавляют прокаленную поваренную соль (1 столовую ложку на 1 кг жира).

• Жиры нельзя хранить в глиняной посуде, так как они приобретают специфический запах.

Хранение соусов, специй и пряностей

• Закупоренная бутылка соевого соуса может стоять в шкафу

целый год. Открытую бутылку с оставшимся соусом закройте крышкой, поставьте в холодильник, где она может простоять еще год.

• Чтобы сохранить купленный в магазине соус несколько дней, открытую баночку нужно закрыть крышкой и поставить в темное прохладное место.

• Холодные соусы, приготовленные задолго до употребления, необходимо хранить в холодильнике.

• Чтобы на поверхности томата-пюре и томата-пасты при хранении не проявлялась плесень, необходимо посыпать их солью или залить тонким слоем растительного масла.

• Чтобы на поверхности соусов не образовывалась пленка, их сбрызгивают растопленным сливочным маслом и хранят в закрытой посуде.

• Соусы, приготовленные на мясном, рыбном и грибном бульонах, можно хранить горячими на водяной бане (в кастрюле с горячей водой) не более 4 часов при условии, что температура их не превышает 85 ˚С. Если соусы необходимо сохранить в течение более продолжительного времени, их охлаждают и по мере надобности разогревают.

• Яично-масляные соусы вследствие их нестойкости можно хранить не более 1,5 часа при температуре не выше 65 ˚С. При более высокой температуре они обмасливаются.

• Густой молочный соус в охлажденном состоянии можно хранить в течение суток, а соус средней густоты необходимо использовать сразу же после приготовления; жидкий соус следует хранить не более 1,5 часа при температуре не выше 70 ˚С.

• В холодильнике майонез может сохраняться 1,5 месяца, а при комнатной температуре – 20 дней.

• Чтобы майонез не обмасливался, то есть чтобы эмульсия не разрушалась, его следует хранить в закрытой посуде при температуре 5–8 ˚С.

• Закупоренный уксус можно хранить сколько угодно. В нем может появиться осадок, но он безвреден, и при желании его можно профильтровать.

• Уксус следует хранить в стеклянной посуде с плотно завинченной крышкой в прохладном помещении при температуре 5–15 ˚С.

• Чтобы уксус не портился, его надо поставить в закупоренной бутылке в воду, прокипятить в течение 20–30 минут и дать ему остыть в этой же воде.

• Открытый уксус можно держать в шкафу полгода.

• Уксус с добавками (фрукты, травы) нужно профильтровать и перелить в чистую бутылку вместе с добавками так, чтобы

жидкость покрыла их.

• Чтобы горчица лучше сохранилась, положите под крышку баночки ломтик лимона.

• Хранить горчицу следует в прохладном помещении при температуре 10 °С. Зимой срок хранения – 3 месяца, летом – 1,5 месяца. Горчицу, расфасованную в стеклянные банки, следует оберегать от солнечного света, иначе она потеряет вкус и запах.

• Чеснок можно хранить до 2 месяцев в открытой емкости в сухом прохладном месте, вдали от яркого света. Для хранения берите головки чеснока плотные и твердые.

• Каперсы рекомендуется хранить в той среде, в которой они были законсервированы, иначе у них появится затхлый привкус.

• Маслины могут долго сохраниться, если их положить в стеклянную банку и залить рафинированным растительным маслом.

• Стряхните землю с сухого корня хрена, затем положите его в бумажный пакет и поместите в холодильник, в поддон для овощей.

• Корни хрена можно хранить зимой, так же как картофель, в песке.

• Корни хрена можно потереть на мелкой терке, высушить и хранить в герметично закупоренной посуде в сухом месте. Перед употреблением порошок разбавляют водой, подкисленной уксусом или лимонной кислотой.

• Свежий корень калгана нужно завернуть в бумагу и хранить в холодильнике в отделении для овощей не более 2 недель.

• Каждую пряность и специю следует хранить отдельно в банке с плотно закрывающейся крышкой. Брать ее можно только сухими руками или сухой ложкой.

• Порошок калгана храните в герметично закрывающейся посуде вдали от яркого света.

• Имбирь следует хранить недробленым, чтобы меньше улетучивался аромат.

• Храните лавровый лист вдали от яркого света, чтобы в нем сохранились эфирные масла.

• Листья карри можно хранить в холодильнике, в отделении для овощей, не более 2 недель или их можно заморозить.

• Целые семена шамбалы долго хранятся, если их держать в плотно закрытой посуде в прохладном темном месте.

• Молотую шамбалу следует покупать понемногу и хранить вдали от яркого света, в противном случае она вскоре утрачивает вкус.

• Концентрат тамаринда следует хранить в холодильнике, в плотно закрытой банке.

• Специи и сухие травы храните в темных банках или в темном и холодном месте, вдали от яркого света, не более года.

• Специи красного цвета (паприку, молотый красный перец), мак и семена кунжута можно хранить в морозильной камере.

• Соль, сахар, черный и красный перец легко впитывают влагу, поэтому их следует хранить в сухом месте в плотно закупоренной стеклянной или фарфоровой посуде.

• Храните соль в герметично закрывающейся посуде в прохладном сухом месте. Не держите соль в серебряных солонках, не оставляйте в ней серебряную ложку. Хлор, содержащийся в соли, взаимодействует с серебром, в результате чего оно зеленеет.

• Для предохранения соли, сахара, чая и т. п. от влаги на дно банки или коробки, где хранятся продукты, следует положить несколько листочков промокательной бумаги.

• В посуду с солью положите несколько зерен риса – это защитит соль от влаги и появления комков.

• Сушеный укроп долго сохраняет аромат в герметично закрытых стеклянных банках и может служить приправой в зимние месяцы.

• Сушеную петрушку хранят в стеклянных банках, плотно закрытых крышкой.

• Засоленную петрушку нужно хранить на холоде не выше 1 °С.

• Нельзя хранить перец в металлической посуде: возможно химическое взаимодействие, а это приводит к ухудшению не только аромата, но и вкуса пряности.

• Молотый перец при длительном хранении частично теряет аромат, поэтому лучше размалывать его по мере надобности.

• Сухие плоды сумаха можно хранить неограниченное время.

• Храните корицу в герметично закрытой посуде, в прохладном темном шкафу. Лучше всего покупать корицу часто и понемногу.

• Аромат ванилина и ванили способен улетучиваться, поэтому эти пряности нужно хранить тщательно закупоренными, а в блюда закладывать незадолго до подачи к столу.

• Можно хранить стручки ванили в банке с сахаром – через 3–4 недели сахар приобретет привкус и запах ванили.

• Свежие листья кафрского сорго можно заморозить для последующего использования. Сушеные листья и сушеная тертая цедра кафрского сорго хранятся так же, как и корица.

• Шафран, куркуму храните в целлофановых или бумажных пакетах в герметично закрывающейся посуде вдали от яркого света.

• Завернутые в бумажный пакет стебли лимонного сорго могут храниться в холодильнике, в отделении для овощей, 2–3 недели. Нижнюю часть стебля нарезать, растолочь, а целую верхнюю часть можно заморозить.

• Молотое лимонное сорго (серех) хранится, как и сухие специи.

• Коробочки кардамона храните в маленькой, герметично закрывающейся банке, в прохладном темном месте. Коробочки можно замораживать.

• Лакрицу иногда можно купить в виде сушеных палочек. Хранить их следует в герметично закрывающейся посуде в прохладном сухом месте.

• Анис звездчатый в коробочках может храниться долго. Молотый же покупайте в небольших количествах, храните в герметично закрытой посуде вдали от яркого света.

• Орехи хорошо сохранятся, если их помыть холодной водой и высушить на открытом свежем воздухе. Когда орехи высохнут, их складывают в мешочек и подвешивают.

• Свежий мак лучше всего держать в мешочке из полотна в прохладном помещении, которое хорошо проветривается. Хранить свежий мак можно в герметично закрытой посуде в холодильнике не более нескольких недель – его нельзя хранить подолгу.

• Лежалый мак горчит и имеет затхлый привкус.

• Молотый махлеби теряет свой запах даже при недолгом хранении, поэтому храните зерна и порошок в герметично закрытой посуде в прохладном шкафу вдали от солнечного света.

Хранение фруктов, бахчевых, цитрусовых

• Витамины лучше всего сохраняются в замороженных россыпью фруктах и ягодах. Далее, по убывающей, идут фрукты и ягоды, замороженные в сахарном сиропе, компоты, пюре, ягоды, измельченные с сахаром, сок с мякотью, сок натуральный осветленный.

• На молодых деревьях плоды всегда крупнее, чем на старых, но хранятся они хуже.

• На зиму лучше откладывать плоды средних размеров, но если хотят сохранить и крупные, то кладут их отдельно.

• Свежие плоды покрыты тонким восковым налетом. Чтобы не нарушить его, никогда не мойте и не вытирайте фрукты, предназначенные для хранения. Собирайте их в сухую погоду, лучше утром, но когда уже не будет росы: они должны быть сухими.

• Яблоки зимних сортов часто приобретают неприятный вкус и теряют свой первоначальный аромат. В таких случаях следует на 2–3 недели положить плоды в ящик с высушенными листьями бузины.

• Яблоки долго будут свежими и крепкими, если, укладывая их на хранение, протереть каждое тряпочкой, смоченной глицерином.

• Перезрелые или недозрелые яблоки непригодны для длительного хранения.

• Яблоки хорошо сохраняются, если завернуть их в 1–2 слоя бумаги.

• Не рекомендуется упаковывать яблоки в солому, так как она быстро увлажняется, загнивает и плоды приобретают запах гнили.

• Хранить яблоки следует в ящиках в прохладном, но очень сухом помещении при температуре не выше 5–6 ˚С. Каждый слой следует переложить 3–4 листами чистой бумаги.

• Яблоки также хорошо сохраняются, если их пересыпать чистыми древесными опилками или стружкой и положить в деревянный ящик. Яблоки не должны касаться друг друга.

• Сушеные фрукты и овощи хорошо сохраняются в мешочках из марли в подвешенном состоянии в прохладном помещении. Время от времени их следует просматривать и отбирать испортившиеся.

• Хранить сушеные плоды лучше всего при температуре +8–10 ˚С.

• Плоды шиповника лучше всего хранить в стеклянной посуде в темном месте, так как от солнечного света витамин С разрушается.

• Держать плоды шиповника в полиэтиленовом пакете не рекомендуется – они могут «задохнуться», заплесневеть. По этой же причине стеклянную банку нужно завязывать марлей, а не закрывать плотно крышкой.

• Некоторые фрукты и овощи влияют на продолжительность хранения друг с другом. Например, яблоки, груши и помидоры нельзя хранить вместе с огурцами, салатом, укропом и петрушкой.

• Огурцы при хранении рядом с помидорами становятся желтыми и мягкими.

• Свежие фрукты и овощи хорошо сохраняются в морозильной камере.

• Бананы и груши нужно хранить при температуре не ниже 10 ˚С, так как на плодах появляются темные пятна, ухудшается их внешний вид и вкус.

• Бананы лучше хранить при температуре не ниже +12 ˚С и

не выше +25 °С. Спелые бананы можно хранить в холодильнике, хотя их шкурка почернеет.

• Арбузы следует хранить в закрытых помещениях при температуре 3–5 °С на решетчатых полках в один ряд хвостиками кверху так, чтобы они не соприкасались.

• Дыни следует хранить в подвешенном состоянии или, как и арбузы, в один ряд на полках. Для хранения следует отбирать недозрелые дыни – они дозревают в процессе хранения.

• Апельсины и лимоны долго остаются свежими, если их смазать растительным маслом, положить в целлофановый мешочек и хранить в прохладном месте.

• Лучше всего апельсины сохраняются при температуре около 5 °С. Предельный срок хранения апельсинов и лимонов – 4–6 месяцев.

• Мандарины рекомендуется хранить при температуре +2–3 °С. Срок хранения не должен превышать 3 месяцев.

• Чтобы сохранить лимон свежим, его кладут в банку с холодной водой, ставят в холодильник и меняют воду 1–2 раза в день.

• Лимоны можно сохранить в течение нескольких месяцев в сухом песке. Для этого песок высушивают на солнце или в духовом шкафу, насыпают в ящик и кладут в него завернутые в папиросную или пергаментную бумагу лимоны так, чтобы они не соприкасались. Вместо песка можно использовать сухую муку.

• Можно также положить лимоны в сухое место так, чтобы они не касались друг друга, и выдержать 6 дней до образования подсушенной корочки. После этого лимоны следует уложить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в холодильник.

• Полезные вещества лимона хорошо сохраняются, если нарезать его тонкими кружками, уложить в стеклянную или эмалированную посуду с крышкой, густо пересыпать слой за слоем сахарным песком (верхний слой – сахар) и поставить в темное прохладное место. Можно также засыпать целые лимоны, сняв с них кожуру.

• Чтобы сохранить разрезанный лимон свежим, положите его на блюдечко срезом вверх и накройте стаканом. Можно также налить на блюдце несколько капель уксуса и положить на них лимон срезом вниз.

• Чтобы некоторое время сохранить свежим разрезанный лимон, смажьте место разреза взбитым белком, высушите его, а затем положите в холодильник.

• Цедру лимонов и апельсинов можно заготовить впрок. Фрукты ополосните горячей водой, теркой или ножом снимите всю цедру на тарелку, мелко порубите, добавьте сахар из расчета

1 столовая ложка на цедру 10 плодов. Полученную массу сложите в банку и добавляйте в случае надобности в любое варенье, тесто, кисель, компот, чай.

• Сушеные апельсиновые и лимонные корки хранят в закрытой посуде.

• Оптимальная температура хранения плодов манго – +5 ˚С. Срок хранения – около месяца.

• Срок хранения плодов фейхоа при комнатной температуре невелик и составляет от 2 недель до 1 месяца (в зависимости от температуры). В холодильнике плоды могут храниться и дольше.

• Срок хранения упаковки сушеных фиников не должен превышать 8 месяцев.

• Сухие зерна граната сохраняют так же, как и сухофрукты.

• Хранить плоды хурмы нужно в хорошо проветриваемом и не очень сухом помещении.

• Свежие ягоды надо хранить в холодильнике немытыми до тех пор, пока их не будут употреблять в пищу. Лучше всего – не более суток.

Хранение компотов, сладких блюд, варенья, меда

• Консервы из плодов и овощей домашнего приготовления, если они пастеризованы и герметично закупорены, можно сохранить до нового урожая в сухом помещении, при комнатной температуре или, что еще лучше, при температуре от 5 до 16 ˚С.

• Нельзя хранить больше года любой консервированный компот из ягод и фруктов с косточками (вишни, абрикосы, сливы), так как в них накапливается вредная для здоровья синильная кислота.

• Хранить варенье лучше в хорошо вымытых и высушенных стеклянных банках.

• Нужно следить за тем, чтобы банки были плотно закрыты пергаментной бумагой или капроновыми крышками. Нельзя хранить варенье на холоде и в сыром помещении, самая подходящая для него температура 10 ˚С.

• Варианты хранения варенья: первый – варенье разлить в банки, смочить в кипяченой воде пергамент или целлофан, положить на горловину банки и слегка обжать. Затем несколько раз плотно обвязать горловину, положить еще слой пергамента, на него кружок из картона, обвязать сухой марлей и хранить в сухом, чистом, проветриваемом помещении; второй – мокрой пленкой обтягивают горловину банки, обвязывают, дают пленке снаружи высохнуть, затем закрывают бумагой и перевязывают бечевкой (так же хранят джем, желе, повидло).

• Варенье в банке хорошо сохранится, если насыпать небольшой слой сахара-песка.

• Можно поверхность охлажденного консервируемого продукта залить расплавленным очищенным воском или парафином (слой около 2 см) – над продуктом не будет воздушной прослойки, и он дольше сохранится. Воск пригоден для повторного использования.

• Консервы с низким содержанием сахара, имеющие заплесневевший сироп, непригодны в пищу. Но если в консервах довольно много сахара (500 г или больше на 1 кг ягод), достаточно будет просто снять слой варенья с плесенью. Остальное пригодно к употреблению.

• Желе, муссы, кремы, заливные блюда не следует хранить при минусовой температуре: находящаяся в них вода замерзнет, при размораживании отделится от общей массы, и блюдо потеряет свой вид и вкус.

• Масляный крем можно хранить в течение 3 недель в закрытой посуде в холодильнике. Вы можете сделать запас крема и использовать его по частям, когда печете пироги.

• Нельзя держать мед в сыром помещении, иначе он быстро закиснет, а также рядом с продуктами, имеющими резкий запах, – мед впитывает в себя все запахи.

• Хранить мед рекомендуется в стеклянных банках или глиняной посуде (железная и цинковая непригодна), при температуре не выше 10 °С, в сухом и темном месте.

• При правильном хранении мед не портится и не утрачивает своих свойств в течение десятков лет.

• Открытый сосуд с патокой может стоять в шкафу 2 года.

Хранение чая, кофе

• Хранить чай, молотый или растворимый кофе нужно в специальной стеклянной или жестяной посуде, плотно закрытой крышкой.

• Кофе, особенно в порошке, легко теряет аромат и воспринимает чужеродные запахи, поэтому его следует хранить только в плотно закрытой посуде (стеклянной или фарфоровой, но не в металлической), вдали от пряностей и других продуктов, обладающих специфическими запахами.

• Поджаренный кофе хранят немолотым в закрытой, металлической, со специальным внутренним покрытием коробке. Это предохранит его от поглощения посторонних запахов и потери аромата.

• Зерна кофе, которые долгое время хранятся в закрытой

коробке, утрачивают свой аромат. Его можно восстановить, положив зерна на 1,5 часа в холодную воду и сразу после этого высушив их в духовом шкафу.

Хранение соков, минеральной воды, кваса, наливок и вин

• Не рекомендуется хранить соки в металлической посуде.

• Соки портятся при неправильном, неплотном закупоривании. Если в бутылке появились пузырьки, то сок можно прокипятить и вновь разлить в чистые стерилизованные горячие бутылки и герметично закрыть.

• Минеральную воду следует хранить в темном помещении на полках, в горизонтальном положении, при температуре не ниже 2 и не выше 12 ˚С.

• Чтобы подольше сохранить хлебный квас, нужно после приготовления разлить его в бутылки, добавить в каждую из них по чайной ложке сахара и плотно закрыть резиновыми пробками. Квас не потеряет своего вкуса в течение 1,5–2 недель.

• Наливки следует хранить в эмалированной или стеклянной посуде. Стеклянную посуду заполняют до пробок, закупоривают, вытирают пробки и шейки бутылок досуха и заливают сургучом, парафином или воском. Посуду помещают в затемненное, прохладное место.

• Вино и шампанское в бутылках хранят в темном помещении при температуре 1–12 ˚С.

• Для длительного хранения держите вино в холодном, влажном, темном месте. Бутылки должны находиться в горизонтальном положении, чтобы пробки смачивались и не высыхали.

• Можно сохранять и оставшееся открытое вино. Белое вино надо поставить в холодильник, а красное можно хранить при комнатной температуре до 2 суток, закрыв бутылку ее же пробкой.

• Красное вино для жаркого, запеканок и соусов лучше всего хранить в бутылке или банке с завинчивающейся крышкой, в прохладном месте.

• При длительном хранении в вине появляется осадок, состоящий из винного камня и красящих веществ, – качество вина улучшается.

КУХОННЫЕ ПРЕМУДРОСТИ

• Во что завернуть продукты?

Алюминиевая фольга – тонкая металлоподобная бумага, защищающая пищевое сырье. Как посуда, легко принимает форму пищевых продуктов и может выдержать низкие и высокие температуры. Хороша для длительного хранения.

– Фольгу не надо мыть, она легка, компактна. Ее просто выбрасывают после использования. В фольге можно запекать, то есть имитировать технологию славянской печи, костра, золы, углей (добавляя соответствующие отдушки вовнутрь фольги).

– Фольга обеспечивает и консистенцию, и аромат приготовляемых в ней продуктов без вмешательства человека в процесс приготовления.

– В фольге можно запекать: мясо, птицу (но не дичь), рыбу, овощи (картофель, морковь, свеклу, редьку, репу – целиком, капусту – крупными кусками: пол-, четверть кочана), рассольные сыры и брынзу. Кроме того, можно приготавливать фаршеобразные изделия из мяса, рыбы, комбинированные с уже предварительно отваренными крупами или с сырыми овощами.

– В фольге нельзя приготавливать: крупы и крупяные изделия, грибы, мягкие надземные зеленые овощи. Не рекомендуется запекать и фрукты: яблоки, груши, айву, ибо их вкус не улучшается, а витамин С при этом полностью утрачивается.

– Консистенция всех пищевых продуктов, приготовленных в фольге, неизмеримо лучше (мягче, нежнее), чем консистенция тех же продуктов, но вареных и жареных.

– Поскольку все блюда, запекаемые в фольге, не требуют участия жира и приобретают консистенцию ближе к вареным, но более мягким, то все, что приготавливается в фольге, может быть вполне рекомендовано для диетического питания, в том числе и детям.

– Крупные куски мяса, рыбы должны закрываться в фольгу только герметично, иначе они будут испорчены: сок из них вытечет, будет потерян вкус, консистенция ухудшится, они станут жесткими или же подгорят.

– Птица, особенно жирная (утка) и нежная молодая (цыплята), может быть окаймлена с трех сторон и открыта сверху. Точно так же могут заворачиваться и корнеплоды.

– Готовность запеченного изделия проверяется по запаху или по появлению почернения, закопчения уголков на сгибах фольги, где сгорает часть мясного или рыбного сока.

– При правильном завертывании одним из первых сигналов готовности у мясных изделий, птицы, рыбы, брынзы может служить так называемое «вздымание» фольги.

– Поскольку запеченное в фольге кушанье должно быть полностью готовым к подаче на стол, то оно должно получить перед помещением в фольгу все необходимые по рецепту приправы: пряности, соль и т. д. Но и здесь есть кое-что необычное.

– Мясо не солят, если оно печется куском. Мясные изделия типа фарша солят, сдабривают всем необходимым по рецепту (лук, чеснок) и обязательно обваливают в муке, которая и поглощает часть соли.

– Птицу сдабривают сухими пряностями, но не сырыми, растительными, которые могут в фольге ухудшить ее вкус. Птица не солится или солится крайне умеренно, если она молодая.

– Рыбу солят в несколько раз больше, чем обычно, преимущественно крупной солью (1–1,5 столовой ложки на 1 кг рыбы). Одновременно с рыбой закладывают повышенную дозу лаврового листа, лука. Упаковка при этом делается не из двойной фольги, а одинарная, но двукратная – перекрывающая швы предыдущей оболочки, чтобы гарантировать, что жидкость, образующаяся при запекании рыбы, не вытечет.

– Овощи не солят и ничем не сдабривают. Но после приготовления они нуждаются в приправе солью, маслом, пряностями или сметаной, горчицей, кетчупом – в зависимости от характера блюда.

Полиэтиленовый пакет для пищевых продуктов – в нем хранят еду при комнатной температуре или в холодильнике. Пакеты для морозильной камеры должны быть плотными и прочными. В них пищу можно также положить на непродолжительное время в микроволновую печь для размораживания и подогревания.

Прозрачная пленка: тонкая – плотно оборачивает продукт и защищает его от потери влаги и впитывания других продуктов, плотная – для хранения в морозильной камере.

• Кухонную посуду нельзя мыть стиральными порошками, так как они могут отрицательно сказаться на здоровье человека.

• Нельзя варить пищу, содержащую кислоту, в алюминиевой и латунной посуде или же готовить пищу в посуде с отбитой эмалью.

• Вот один из старинных методов отмывания очень грязной посуды: залейте в большую кастрюлю воду, добавьте натертое хозяйственное мыло и силикатный клей. Когда мыло растворится, положите в подготовленную жидкость грязную посуду –

кастрюли, сковороды и т. д. и прокипятите 10–15 минут. На 5 л воды – 1 кусок мыла и 0,5 л силикатного клея. Затем посуду выньте и промойте сначала горячей водой, а затем холодной. Для мытья используйте металлические щетки, наждачную бумагу и мочалку (в зависимости от степени загрязнения и вида посуды).

• Раз в неделю рекомендуется устраивать генеральную чистку сковородок, кастрюль, казанков и другой кухонной утвари.

• Доску для нарезки овощей, мяса, рыбы после употребления нужно обязательно ополоснуть кипятком и хотя бы раз в неделю посыпать солью и протереть поролоновой губкой.

• Чтобы разделочные деревянные доски не пропахли рыбой, перед ее разделкой протрите их уксусом или кусочком лимона.

• От длительного пользования деревянная доска, на которой режут овощи, становится неровной. Протрите ее наждачной бумагой, и доска снова станет гладкой.

• Резать сырые овощи и фрукты лучше всего на пластмассовой дощечке, так как она не впитывает сок.

• Разделочные доски, толкушки, секачи и деревянные ложки моют содой или мылом, после чего ополаскивают водой.

• Мыть посуду нужно сразу после еды, так как остатки пищи высыхают и ее уже нужно соскабливать или замачивать, что требует большой затраты времени. К тому же грязная посуда – источник инфекции.

• Эмалированная посуда наиболее гигиенична. В ней можно хранить все продукты.

• Новую эмалированную посуду до употребления нужно залить водой, добавив в нее соль и уксус (по 2–3 столовых ложки на 2 л воды), хорошо прокипятить, а затем протереть шерстяной тряпочкой. Эта процедура позволит удалить вредные вещества, которые применялись для покрытия посуды эмалью. Указанные операции способствуют также укреплению эмали.

• Срок службы эмалированной посуды значительно удлиняется, если перед первым употреблением налить в нее до краев воду, довести ее до кипения, снять кастрюлю с огня и дать воде остыть – это также укрепит эмалевое покрытие.

• Хотите, чтобы эмалированная кастрюля служила долго? Никогда не наливайте в горячую кастрюлю холодную воду или, наоборот, в холодную кастрюлю не наливайте кипяток.

• Эмалированные мисочки и кастрюли не следует ставить в горячую духовку, так как от высокой температуры эмаль может растрескаться, а ее остатки попадут в пищу.

• Если пригорела пища, не счищайте ее ножом, так как можно отколоть эмаль и испортить посуду. Налейте в кастрюлю мыльную воду и оставьте на сутки. Если этого окажется

недостаточно, протрите соответствующее место тряпочкой с питьевой содой. Можно всыпать в воду горсть соли и столько же питьевой соды, поставить на огонь и 30 минут кипятить. Затем слить воду, а дно протереть щеткой или мочалкой.

• Также при помощи соли можно легко очистить кастрюлю от пригоревшей пищи. Для этого на влажное дно насыпьте слой соли и оставьте на 5–6 часов.

• Моют эмалированную посуду моющим средством или мыльной водой. Загрязненную посуду моют смесью соли с моющим средством или мыльной водой.

• Рисовые подтеки с эмалированной посуды можно удалить тряпочкой, смоченной уксусом.

• Если на стенках эмалированной кастрюли появился желтоватый налет, удалите его тряпочкой, посыпанной солью, после чего посуду вымойте водой. Если это не помогло, вместо соли возьмите щавелевую кислоту.

• Если эмалированные кастрюли или чайники потемнели внутри, проварите в них кожуру от яблок или груш. Это поможет вернуть утраченный цвет и избавиться от накипи.

• Новую алюминиевую посуду смажьте внутри растительным маслом или животным жиром либо вскипятите в ней воду.

• Алюминий разрушается под действием кислот, поэтому не держите в алюминиевой посуде кислое молоко, соленую рыбу, а также блюда из овощей.

• Алюминиевую посуду можно мыть горячей водой с мылом, но без соды – от соды алюминий темнеет.

• Алюминиевая посуда, потемневшая изнутри, станет светлой, если прокипятить в ней воду с уксусом. Можно проварить в посуде воду с луком и сразу хорошо промыть.

• Если на внутренней поверхности алюминиевой посуды появились темные пятна, залейте посуду водой, положите кожицу от яблок и проварите.

• Для очистки алюминиевой посуды можно отварить в ней щавель и отвар не сливать несколько часов.

• Алюминиевые кастрюли всегда будут оставаться чистыми и блестящими, если в воду для мытья добавлять несколько капель нашатырного спирта.

• Если сварить в алюминиевой посуде ревень, она станет блестящей.

• Алюминиевую посуду не рекомендуется чистить металлическими щетками и абразивными порошками.

• В луженой алюминиевой посуде не рекомендуется кипятить воду, так как она приобретает привкус, который портит вкус чая и его цвет. Чистить такую посуду нужно твердым абразивным

порошком.

• Новую чугунную посуду до употребления рекомендуется вымыть, залить водой с добавлением 1 столовой ложки жира и дать воде выкипеть. Тогда жир равномерно смажет посуду и защитит ее от ржавчины.

• Железную и чугунную посуду моют мыльной водой, затем ополаскивают и сушат. Чистить такую посуду можно наждачной бумагой. Если появилась ржавчина, ее удаляют слабым раствором соляной кислоты, затем наждачной бумагой и хорошо моют чистой водой.

• Прежде чем пользоваться новой сковородой или другой чугунной посудой, их надо прокалить. Для этого на дно ее насыпьте слой соли, поставьте посуду на огонь и нагрейте, пока соль не пожелтеет. Затем протрите этой же солью, смажьте жиром и снова прокалите.

• Протрите сковороду или кастрюлю листочками спитого чая – пропадет запах рыбы или лука.

• Сковороду легко очистить, если протереть ее бумагой, затем протереть крупной солью и сполоснуть водой.

• Казанки и сковороды сразу после применения наполните водой, прокипятите ее в течение нескольких минут, а затем промойте теплой водой. Храните их в сухом месте.

• Металлические листы из духового шкафа сначала вымойте горячей водой, ополосните, протрите густой кашицей из питьевой соды и холодной воды, а потом сухой чистой тряпкой.

• Железные листы и сковороды, которыми вы редко пользуетесь, смажьте жиром и держите в сухом месте.

• Ржавые листы легко можно очистить, если протереть их разрезанным сырым картофелем, периодически окуная его в мелкий песок.

• Противни из тонкой жести неудобны для жарки, так как коробятся, жиры распределяются на них неравномерно и продукты обжариваются плохо.

• За кастрюлями и сковородками с антипригарным покрытием нужно специально ухаживать. Чтобы дно не поцарапалось, используйте при готовке деревянные, пластмассовые и другие неметаллические предметы. Не ставьте кастрюлю или сковороду на слишком большой огонь и никогда не подставляйте горячую сковороду под холодную воду.

• Медную посуду можно почистить крупной солью с уксусом, после чего тщательно промыть и насухо вытереть. Такую посуду можно чистить ягодами бузины или сывороткой.

• Запущенные медные предметы можно почистить капустным или огуречным рассолом, а также кислым молоком. После этого

их надо натереть кашицей из мела и вытереть насухо.

• Не рекомендуется оставлять ножи на горячей плите: они от этого тупятся, утрачивают упругость и эластичность. Ножи нужно держать отдельно от других металлических предметов, так как, соприкасаясь с вилками и ложками, их лезвия быстро тупятся.

• Нельзя мыть ножи очень горячей водой, надолго их оставлять в горячей воде, а также использовать для переворачивания пищи на сковороде, так как они от этого быстро тупятся. А если ножи имеют черенки, то от горячей воды они отваливаются, потому что растворяется клей, которым они склеены.

• Работая кухонными ножами, удобно споласкивать их в кувшине с горячей водой, стоящем рядом.

• Неприятный запах с ножа после очистки лука можно устранить, если протереть лезвие сухой солью.

• Затупившийся нож легче заточится, если его предварительно выдержать 30 минут в солевом растворе.

• Заточка ножа. Уприте один конец круглой заточки в стол или другую поверхность. Прижмите к ней около конца рукоятки самую широкую часть лезвия ножа под углом 20°. Опускайте нож вниз, постепенно подтягивая его рукоятку к себе, пока он не заточится на всю длину лезвия. Повторите то же самое с другой стороны ножа. Продолжайте попеременно эти действия, пока нож не станет острым.

• При помощи разрезанного лука можно очистить нож от ржавчины.

• Если столовые ножи покрылись ржавчиной, смажьте их растительным маслом, оставьте на 30 минут, а затем протрите наждачной бумагой.

• Прежде чем резать лук, натрите нож солью, тогда он не приобретет неприятный запах.

• Вилки и ножи не будут пахнуть рыбой, если перед мытьем протереть их кусочком масла или свежей коркой лимона.

• Ножи, вилки, ложки нужно мыть теплой водой с моющим средством, а затем ополоснуть горячей водой и вытереть полотенцем.

• Ножи и вилки будут блестеть, если их почистить сырой картофелиной. Темные пятна можно снять лимонным соком.

• Золотые и позолоченные вилки и ложки чистят кусочком фланели, смоченной спиртом, уксусом или яичным белком. Через 2–3 минуты после чистки промойте их водой.

• Деревянные ложки для кухни моют в растворе питьевой соды, а затем ополаскивают горячей водой. Раз в неделю деревянные ложки для кухни вываривают в растворе питьевой

соды (1 столовая ложка соды на 1 л воды), после чего ополаскивают холодной водой.

• На кухне нужно иметь специальные ножницы, так как ими гораздо удобнее обрабатывать некоторые продукты.

• Серебряные и никелированные предметы чистят смесью зубного порошка с нашатырным спиртом. С помощью ватного тампона покройте этой кашицей поверхность предмета, дайте ей высохнуть и затем протрите чистой тряпочкой.

• Серебряным предметам можно придать блеск, подержав их 10 минут в картофельном отваре. Их чистят также сухой питьевой содой, мелом, зубным порошком. Можно почистить указанные предметы в сильном соляном растворе.

• Темные пятна на серебряных предметах можно снять теплым уксусом.

• Серебряные приборы лучше хранить во фланелевом мешочке, чтобы их не поцарапать.

• Никелированную посуду, в которой готовили очень жирную пищу, надо промыть водой с нашатырным спиртом и обдать крутым кипятком.

• Никелированную посуду хорошо чистить внутри раствором, состоящим из столовой ложки уксуса и чайной ложки поваренной соли, а снаружи – теплой водой с мылом или содой, затем протереть насухо и отполировать мелом. Мел для полирования следует тщательно измельчить и просеять, чтобы комочками не нанести царапин. После чистки перед употреблением посуду нужно прокипятить с чистой водой.

• Фарфоровую и фаянсовую посуду не следует мыть горячей водой. От этого глазурь разрушается и желтеет. Ее моют теплой мыльной водой. Нельзя мыть ее с содой – стирается рисунок. Нельзя мыть горячей водой – испортится глазурь.

• Посуда из жаропрочного стекла гигиеничнее металлической и долго сохраняет тепло.

• При использовании такой посуды необходимо соблюдать определенные правила:

– на открытый огонь следует поместить рассекатель или металлическую сетку;

– не рекомендуется ставить горячую посуду на холодную мокрую поверхность, так как посуда может треснуть;

– в нагретую кастрюлю нельзя наливать холодную воду или класть холодные продукты;

– дно огнеупорной посуды во время приготовления пищи должно быть покрыто слоем жира или жидкости;

– подогревать пищу в такой посуде можно только на слабом огне, постоянно помешивая;

– для чистки посуды нельзя применять металлические щетки и абразивный порошок;

– если посуда сильно загрязнена, ее надо помыть раствором соды и затем хорошо промыть теплой водой.

• Желтоватый налет от чая и кофе внутри чашек можно снять тряпочкой, смоченной в уксусе или в крепком солевом растворе.

• Чайную посуду мойте отдельно от столовой и кухонной. Используйте для этого горячую воду с добавлением питьевой соды, затем нужно ополоснуть холодной водой. Для мытья жирной чайной посуды можно использовать сухую горчицу.

• Стеклянную посуду моют теплой водой. Для придания ей блеска в воду добавляют соль и уксус из расчета 1 столовая ложка соли и 2 столовые ложки уксуса на 1 л воды. Затем посуду ополаскивают чистой водой, дают ей стечь и насухо вытирают льняным полотенцем.

• Сильно загрязненные места на стеклянной посуде можно протереть лимоном.

• Стеклянную посуду можно почистить картофельной шелухой.

• Стаканы, стеклянные банки, бутылки, чашки хорошо мыть с поваренной солью. Для этого их нужно протереть солью и сполоснуть чистой водой. Они приобретут блеск.

• Стеклянные фужеры, бокалы, рюмки нужно промыть в двух водах и обязательно вытереть чистым полотенцем.

• Стеклянные бутылки моют кусочками газеты или сырого картофеля. Для этого то и другое кладут в бутылки, вливают воду и энергично встряхивают. Затем содержимое выливают, бутылки ополаскивают чистой водой, дают ей стечь и высушивают.

• Бутылки из-под растительного масла хорошо мыть раствором стиральной соды из расчета 1 столовая ложка стиральной соды на 1 л воды. После мытья бутылки ополаскивают холодной водой, дают ей стечь и высушивают. Если при ополаскивании капли воды задерживаются на стенках бутылки, процедуру следует повторить.

• Беловатый осадок внутри графина можно легко удалить, если налить в графин горячую воду и добавить чайную ложку уксусной эссенции, а через минуту хорошенько прополоскать графин чистой водой.

• Столовая посуда приобретет блеск, если протереть ее с солью, а затем прополоскать чистой водой.

• Черноту на стенках кухонной посуды можно удалить горячим раствором буры (30 г на 1 л воды) с добавлением 10 г нашатырного спирта.

• Чтобы устранить запах лука, чеснока, квашеной капусты или

рыбы в посуде, налейте на дно уксус (на 2 л воды – 2 столовые ложки уксуса), поставьте на огонь и кипятите 2–3 минуты. Потом вымойте посуду водой с мылом. Запах рыбы можно уничтожить также очень соленой горячей водой.

• Посуду, в которой было тесто, сырые яйца, молоко, рыбные кушанья, селедка, варенье, моют сначала холодной водой, а затем уже горячей. Так же поступают с посудой из-под молока и кефира.

• Посуду из-под пригоревшего молока легко можно вымыть, если в нее налить воду с просеянной древесной золой и оставить на некоторое время.

• Чтобы в молочном бидоне не оставался затхлый запах, посыпьте дно питьевой содой, залейте горячей водой, взболтайте смесь, вылейте и хорошо ополосните бидон чистой водой. Затхлый запах пропадет, если протереть бидон толченым древесным углем.

• Жирную посуду легко отмыть, если в воду добавить немного уксуса.

• Дно кастрюли, чайника перед установкой на огонь натрите мылом: оно предохраняет посуду от желтых пятен и сажи. После использования посуду достаточно протереть влажной тряпкой, чтобы она стала чистой.

• При пользовании скороваркой нужно руководствоваться следующим:

– в ней нельзя хранить готовую пищу, особенно если она готовилась со сметаной, томатом или квашеной капустой;

– после удаления пищи нужно сразу тщательно очистить и помыть;

– нужно промыть под сильной струей воды с помощью металлического ерша клапаны.

• Уничтожить накипь, образующуюся на внутренних стенках посуды, можно при помощи антинакипи (см. инструкцию) или раствора уксуса 9 %-го (2 столовые ложки на 1 л воды). В посуду налейте раствор и кипятите до тех пор, пока накипь не размягчится. После этого остается удалить ее жесткой щеткой или деревянной палочкой, а посуду тщательно вымыть чистой водой (носик чайника прочистить ершиком).

• Есть еще одно средство: в посуду положите вымытые картофельные очистки и, налив воду, прокипятите ее до размягчения накипи. Можно положить кожуру лимона и прокипятить 15–20 минут.

• Можно чайники и самовары помыть водой с добавлением соли и уксуса.

• Чтобы быстро вымыть чайник или кофейник, надо наполнить его водой, добавить столовую ложку питьевой соды,

прокипятить, а затем ополоснуть посуду теплой водой.

• Положите в термос 2 столовые ложки риса, залейте теплой водой, закройте и несколько раз хорошенько встряхните. После этого промойте термос горячей водой, и он станет чистым, исчезнет затхлый запах.

• От неприятного запаха в термосе можно избавиться, ополоснув его водой, в которую добавлен уксус (1 чайная ложка на 1 стакан воды).

• Если кипятильник потемнел, покрылся осадком, поместите его в воду с уксусом (1–2 столовые ложки на 1 л воды) и дайте воде закипеть.

• Мясорубку после употребления следует сразу же разобрать и промыть детали горячей водой, в которую добавлено немного пищевой соды, затем прополоскать чистой теплой водой, высушить и собрать.

• Мыть мясорубку намного легче, если после мяса пропустить через нее сырой очищенный картофель или кусочек черствого белого хлеба.

• Не сушите мясорубку возле горячей плиты – от этого портятся ножи. Мясорубка станет сухой, если пропустить через нее бумагу.

• Мясорубку после мытья можно смазать глицерином: он не оставляет запаха, а детали мясорубки не будут ржаветь.

• Для вытирания посуды лучше всего применять льняные полотенца, так как от хлопчатобумажных на вытертых предметах остаются ворсинки.

• Сито после просеивания муки промойте холодной водой и просушите, иначе остатки муки склеятся в его ячейках. Если сито не вычищается щеткой, подержите его несколько секунд над огнем.

• Сито, дуршлаг можно мыть капроновой щеткой.

• Терку для овощей нужно высушить, а не вытирать полотенцем.

• После мытья посуды обязательно помойте и прополощите щетки, мочалки, тряпочки – все, чем пользовались при мытье.

• Если духовка перегрелась, поставьте в нее для охлаждения посуду с холодной водой.

• Салфетки для процеживания бульонов и соусов стирают без мыла, но после этого тщательно кипятят с питьевой содой.

• Если пробка большая и не входит в бутылку, опустите ее на несколько минут в кипящую воду.

• Чтобы бутылка с подсолнечным маслом не оставляла пятна на столе и не пачкала руки, нужно вырезать из кусочка поролона кружок, сделать посредине отверстие и надеть на горлышко

бутылки.

• Протрите столовую клеенку смесью уксуса и молока (пополам), и на ней не появятся трещины. Можно натереть ее смесью уксуса с растительным маслом (1:1).

• Жирные пятна на столе и клеенке можно удалить мыльной водой, затем нужно промыть чистой водой и вытереть сухой тряпочкой.

• Не рекомендуется использовать для мытья клеенки химические средства – они разрушают ее поверхность. Клеенка не любит влагу, трескается от холодной воды, становится липкой от горячей. Поэтому ее нужно протирать слегка влажной тряпкой, а затем вытирать насухо.

• Очень хорошо промывать клеенку теплым отваром от картофеля, после чего протереть влажной теплой тряпкой и вытереть насухо. Можно клеенку мыть смесью теплой воды с молоком.

• Порезанную кухонную клеенку можно заклеить с обратной стороны лейкопластырем.

• Холодильник следует периодически мыть. Для этого отключите его от сети и разморозьте. Внутренние и наружные поверхности холодильника промойте теплой водой с пищевой содой, а затем чистой водой и насухо протрите. Дверцу холодильника нужно оставлять открытой до тех пор, пока он не высохнет.

• Если в холодильнике появился затхлый запах, нарежьте кусочками 1–1,5 кг черного хлеба и разложите его по полкам. Подержите хлеб в закрытом холодильнике несколько часов, и запах исчезнет.

• Нарезанный ломтиками лук также уничтожит неприятный запах в холодильнике.

• В шкафчик, где хранятся пищевые припасы, следует ставить сосуд с измельченным древесным углем. Уголь поглощает все посторонние запахи. Время от времени его надо менять.

• Затхлый запах в шкафчике исчезнет, если вы протрете раствором уксуса его стенки.

• Неприятный запах в шкафчике исчезнет, если положить туда на бумажке молотый кофе.

• Специфический запах хлеба в шкафу можно устранить, если хорошо проветрить его и протереть тряпочкой, смоченной в уксусе или лимонной кислоте.

• Если в шкафу, где хранится мука, появилась сырость, поставьте в шкаф блюдечко с несколькими сухими лавровыми листками – они впитают влагу.

• Если в шкаф, где хранятся продукты, заползли муравьи,

положите в него кусочек лимона (можно даже заплесневелого) – они тут же исчезнут.

• Хорошим средством борьбы с муравьями являются дрожжи – это для них сильный яд. На основе дрожжей приготовьте сладкую приманку: разведите дрожжи небольшим количеством воды, добавьте варенье, мед или сладкое кислое молоко.

• Муравьи не выносят запах соленой рыбы. Достаточно положить в шкаф кусочек рыбы – и они исчезнут. Однако при этом нужно убрать из шкафа сыпучие продукты.

• Муравьи не выносят запах растительного масла: смажьте снаружи маслом банки со сладостями. После исчезновения муравьев банки нужно помыть. Отпугивает муравьев и запах ботвы свежих помидоров.

• Раковину в кухне протрите сначала поваренной солью, затем тряпочкой, смоченной скипидаром, а затем уже нужно промыть чистой водой.

• Не рекомендуется эмалированные раковины чистить кислотами – это может повредить эмаль.

• Никелированные раковины можно освежить, протерев их уксусом с солью.

• Если от водопроводной раковины исходит неприятный запах, влейте в отверстие крепкий раствор буры, и запах исчезнет.

• Для устранения неприятного запаха из кухонной раковины необходимо не реже одного раза в неделю промывать сточную трубу кипящим раствором стирального порошка (2 столовые ложки на 1 л).

• После окончания приготовления пищи помойте газовую плиту, протрите ее горелки. Газовую плиту можно мыть щеткой с мылом или стиральным порошком.

• Пищу, которая попала на плиту, нужно убрать сразу же, так как потом будет намного труднее отмыть ее.

• Чтобы удалить жирные пятна с газовой или электрической плиты, посыпьте их солью, пока плита еще горячая, протрите сухой бумагой и вымойте теплой водой.

• Конфорки газовых и электрических плит протирают еще теплыми.

• Если на кухне появился неприятный запах, сожгите сухую лимонную или апельсиновую корочку. После чего кухню необходимо проветрить.

• Неприятный запах на кухне можно устранить, налив на сковороду немного уксуса и выдержав на огне до его испарения.

• Для устранения в кухне запаха готовящейся пищи насыпьте немного соли на горячую конфорку.

• Чтобы устранить в квартире неприятный запах от квашеной

капусты, накройте посуду марлей, сложенной в 2–3 слоя и смоченной уксусом, а сверху закройте крышкой.

• Стены на кухне, покрытые масляной краской, можно мыть мыльной водой или нашатырным спиртом. Можно вымыть и картофельной пастой: натрите на мелкой терке очищенный сырой картофель, добавьте немного воды, перемешайте и намажьте этой массой стены, а через несколько минут смойте чистой водой и вытрите насухо.

• Керамические плитки можно мыть мыльным раствором или использовать стиральный порошок.

• Если между плитками образовались серые полосы, то для устранения серого цвета приготовьте кашицу из мела и воды, смажьте ею всю плиточную поверхность. Когда кашица подсохнет, протрите плитки чистой сухой тряпкой. После этого плитки приобретут блеск, а полосы будут белыми.

• Кухонную мебель из пластика можно мыть мыльной водой, водой со стиральным порошком, затем нужно протереть влажной, а потом сухой тряпкой. Пятна с поверхности кухонной мебели можно удалить с помощью специальных порошков.

• Запах лука или чеснока во рту легко устранить, если съесть несколько грецких орехов, горсть миндаля или кедровых орехов.

• После того как лук или чеснок очищен и нарезан, протрите руки влажной солью или уксусом, а потом вымойте водой с мылом.

• Чтобы руки не чернели от чистки, особенно молодого картофеля, пользуйтесь ножом из нержавеющей стали. Можно также перед работой смочить руки уксусом и, не вытирая, дать им высохнуть.

• Чтобы избавиться от чесночного, лукового или рыбного запаха на руках, протрите их лимонной корочкой. Та же корочка поможет вам очистить темные пятна на пальцах от овощей.

• Руки после чистки сельди можно помыть слабым раствором уксуса.

• После чистки овощей опустите руки на 3 минуты в горячую воду с уксусом – они станут мягкими и белыми.

• Чтобы повысить температуру кипения при варке на пару, в воду нужно добавить соль.

• Чтобы легче было вскрыть стеклянную банку с консервами, окуните ее на несколько минут крышкой в теплую воду.

• Крышку кастрюли, в которой что-либо варится, нужно открывать «от себя», чтобы случайно не обжечься паром.

• Кипяченую воду следует хранить в стеклянной или керамической посуде с крышкой и не дольше одного дня.

• Если пища пригорела, немедленно снимите кастрюлю с

огня, переложите содержимое в другую посуду, конечно, без пригорелой части, и накройте влажной тканью – она впитает в себя запах гари.

КАК СОБРАТЬСЯ НА ПИКНИК

Необходимое для пикника

Так как отдых будет проходить не на даче, а на природе (в лесу, на берегу реки и т. д.), нужно взять с собой все необходимое:

• одноразовую посуду (тарелки, стаканы, ложки, миски), шампуры или вертел, казан, мангал, ведро или котелок, особенно если собираются готовить уху, острые кухонные ножи для нарезки мяса, рыбы, овощей;

• следует прихватить 1–2 салатницы и ложку для раскладывания салатов по тарелкам. Для нарезки хлеба, овощей, колбасы и других продуктов следует взять небольшую разделочную доску. На маленьких разделочных досках иногда подают жареное мясо, цыплят, дичь. Такая подача основного блюда на пикнике будет выглядеть оригинально;

• очень неплохо взять фольгу – желательно более плотную, чем для обычного использования, чтобы запекаемые в ней продукты (под костром или в золе костра) не подгорели;

• топорик для разведения костра и небольшую лопатку;

• при необходимости дрова для мангала или костра, спички и несколько старых газет для разжигания костра;

• пакет для оставшегося после пикника мусора, средство от комаров, аптечку;

• питьевую воду; ее можно набрать в пластмассовые бутылки или канистру для питьевой воды, сифоны с газированной водой. Сифоны и другие сосуды с напитками опускают в холодную воду реки, ручья или озера;

• берите с собой 2 небольших переносных холодильника: один – для фруктов и напитков, другой – для скоропортящихся продуктов (мяса, птицы, салатов, сыров и т. д.);

• охладите как следует продукты перед тем, как переложить их в переносной холодильник (он не охлаждает, а может только поддерживать температуру уже охлажденных напитков). Не держите крышку холодильника открытой дольше, чем необходимо;

• если вы берете с собой сырое мясо для барбекю, заверните его в один, а затем во второй полиэтиленовый пакет, чтобы сок от мяса не попал на остальные продукты;

• прокладывайте скоропортящиеся продукты кусочками льда;

• фрукты и салаты держите подальше ото льда, чтобы они не

заморозились;

• мясо для шашлыков лучше купить заранее и замариновать – желательно, чтобы оно было свежим и немороженым;

• птицу лучше всего зажарить или отварить дома и брать ее с собой уже готовой и хорошо остывшей;

• непременным атрибутом пикника является печеная картошка. Ее можно запечь, положив в тлеющие угли прогоревшего костра; несколько крупных клубней картофеля надо отварить в кожуре, охладить и тоже взять с собой; не помешают также вареные корнеплоды свеклы, моркови, пастернака;

• сколько бы ни было тщательно продумано меню, можно с уверенностью сказать, что вкуснее каши, приготовленной на костре и пропахшей дымом, нет ничего. Крупы для каш надо подобрать такие, которые варятся быстро (пшено, гречка, рис или овсяная крупа);

• из продуктов можно взять чай, кофе, сахар, соль, нужные для шашлыков и ухи специи, мясные и рыбные консервы, сало – соленое или копченое, которое обязательно пригодится для приготовления блюд из печеной картошки и детских шашлычков. Нужно взять сливочное и растительное масло. Особенно если будут дети, нужно взять сладости: печенье, конфеты, любые жареные или печеные изделия из домашнего теста длительного хранения.

• Для удобства обслуживания гостей в подобных условиях лучше всего накрыть «шведский стол».

«Шведский стол» представляет собой набор разнообразных закусок в виде бутербродов, канапе, валованов – в основном с рыбными или мясными изделиями, не требующими пользования ножом. Очень популярны бутерброды с продуктами моря, уложенными на тостах – маленьких кусочках жареного хлеба. Закуски можно выложить на специальные высокие «многоярусные» или гнездовые блюда.

ВСЕ О БАРБЕКЮ

Необходимые предметы для барбекю

• Щипцы с длинной ручкой. Незаменимы для переворачивания еды и разгребания углей.

• Не переворачивайте мясо или птицу вилкой: она может проткнуть мясо, и тогда сок из него вытечет и уменьшится аромат.

• Кисточка. Она необходима для смазывания продукта соусом или для смазывания растительным маслом решетки.

• Лопатка для рыбы. Используется для переворачивания нежной рыбы, которая может развалиться. Можно использовать для этого и два ножа-шпателя.

• Поднос для барбекю. Это решетка с мелкими дырочками, необходимая для жарки мяса, птицы, овощей, рыбы и рыбного филе.

• Корзина для гриля на петлях. В проволочной корзине легко переворачивать целую рыбину и другие нежные продукты.

• Рукавицы. Покупайте рукавицы из жаропрочного материала, длиной до локтя.

• Щетка. Щеткой с жесткой щетиной легко мыть барбекю. Щеткой в форме буквы V можно мыть барбекю сразу с двух сторон.

• Шампуры. Металлические шампуры должны быть со скрюченным сечением или квадратным. Деревянные шампуры могут быть любого сечения, только перед использованием их надо замочить на 15 минут в воде, чтобы они не воспламенились. После воды нужно хорошо их протереть.

Безопасность при работе с барбекю

• Ставьте барбекю на плоскую поверхность, чтобы оно не перевернулось, и подальше от вьющихся растений, заборов и кустарников, которые могут внезапно загореться.

• Чтобы токсичный дым не скапливался, ставьте барбекю в хорошо проветриваемом месте и никогда не готовьте барбекю в закрытом помещении.

• Опасно добавлять горючую смесь в пламя или в горячие угли. Особенно опасны бензин и парафин, потому что они могут взорваться.

• Чтобы огонь не вспыхивал от падающих с продукта капель

жира, срезайте лишний жир перед готовкой.

• Как только вы закончили готовить, закройте барбекю и вентиляционные отверстия. Угли должны выгореть полностью. Пепел остывает не меньше 48 часов. Отгоревшие угли выбросьте в несгораемый контейнер. Если вам нужно избавиться от углей до того, как они остыли, выньте их щипцами с длинной ручкой, заройте в песок или опустите в ведро с водой.

• Чтобы разжечь обычное барбекю на углях, используйте угольную тубу (металлический цилиндр с решеткой), на которую можно положить скомканные газеты, а уже на них угольные брикеты, или электрическое барбекю, где среди углей проходит горячая нить. Насыпайте уголь щедро, так чтобы его слой покрывал запекаемую пищу на 2–3 см. Угли будут нагреваться 20 минут и станут серого, пепельного цвета (днем) или будут светиться красноватым цветом (вечером).

• При использовании барбекю на открытом огне пища готовится прямо над огнем. Угли под решеткой должны быть разложены в один слой. Способ этот хорош для тех продуктов, которые нужно готовить меньше 30 минут, – курица без костей, стейки, рыбное филе, гамбургеры, хот-доги.

• При использовании барбекю на закрытом огне уголь кладут с одной или с двух сторон сковороды на нижней решетке. Этот способ похож на зажаривание в духовке и годится для приготовления таких продуктов, которые жарятся больше 30 минут, – жаркое, целая индейка, курица с костями, ребрышки, грудинка и др. Когда угли будут готовы, положите продукт на сковороду и поставьте ее в центр барбекю. Для того чтобы было больше влаги, в сковороду можно налить воду, бульон или фруктовый сок. Закройте дверцу и не открывайте ее до конца приготовления или пока не нужно будет добавить углей (примерно через час).

• Чтобы понять, какая температура в барбекю, подержите руку ладонью вниз на расстоянии 10 см от огня. Считайте секунды («тысяча одна», «тысяча две» и т. д.) до тех пор, пока огонь не заставит вас отдернуть руку.

• Если вы сможете держать руку, не отдергивая, 2 секунды – барбекю хорошо нагрелось (190 °С и больше); 3 секунды – жар средний (180–190 °С); 4 секунды – жар умеренный (150–180 °С); 5 секунд – температура маленькая (100–150 °С).

• Если огонь слишком велик, поднимите решетку, на которой готовится еда, и разбросайте уголь. В закрытом барбекю закройте наполовину вентиляционное отверстие.

• Если огонь слаб, опустите решетку, на которой жарится еда, смахните пепел с углей и соберите их поближе друг к другу.

Добавьте углей по краю. В закрытом барбекю полностью откройте вентиляционные отверстия.

• Чтобы еда не вспыхнула на гриле, не покрывайте решетку фольгой. Жир должен стекать сквозь нее. Но если выложить сковороду фольгой под грилем, вы облегчите его мытье и чистку.

Советы при работе с барбекю

• Избегайте загрязнений. Используйте разную посуду для сырых и для готовых продуктов. Мойте все принадлежности, емкости, разделочные доски и столы горячей мыльной водой после того, как они соприкасались с сырыми продуктами.

• Не жарьте до черноты. Обугленная корочка на продукте вредна.

• Чтобы продукт готовился ровно, не нанизывайте слишком много кусочков на шампур – пусть между ними остаются зазоры.

• Нарезайте продукт одинаковыми по размеру кусочками, а на одном шампуре должны быть нанизаны продукты с одинаковым временем приготовления.

• Большие куски продукта не распадутся и не провалятся сквозь решетку, если вы насадите их на два параллельных шампура (например, большие толстые кольца репчатого лука).

• Чтобы мясо приобрело аромат цитрусовых, за 5 минут до готовности посыпьте угли цедрой апельсина, лимона и даже грейпфрута.

• Для того чтобы мясо пахло дымком, добавьте ароматную деревянную стружку (сначала опустите ее в воду, чтобы запах стал более явным и продлилось время горения). Для этого можно взять ольху, древесину фруктовых деревьев и виноградную лозу. Добавляйте большие щепки в начале жарки, а в конце – небольшие лучинки, только чтобы поддержать огонь.

• Можно палочки корицы, гвоздики, звездочки аниса и горошины душистого перца намочить в воде и добавить в угли. Мясо приобретет сладкий и пахнущий дымом и пряностями запах.

• Прекрасно жарятся на барбекю фрукты – нектарины, сливы, ананасы и персики.

• Аромат мяса, птицы, рыбы и овощей можно сделать еще приятнее, если в конце готовки посыпать угли веточками розмарина или тимьяна, лавровым листом, влажными, неочищенными зубчиками чеснока.

• Чтобы еда меньше приставала к решеткам, натрите их перед готовкой растительным маслом.

• Пакеты из фольги удобны для жарки маленьких кусочков

еды, например рыбы или овощей. В такой пакет можно добавить оливковое масло, цедру цитрусовых, свежие травы и т. д.

• Чтобы сделать упаковку, положите продукт в центр сложенного вдвое листа плотной фольги. Закройте пакет, завернув 2 раза швы сверху и с краев. Оставьте посередине небольшое отверстие для выхода пара.

• Сразу после использования и перед мытьем поскребите решетку барбекю щеткой с металлической щетиной. Когда решетка слегка охладится, ее нужно опустить в горячую мыльную воду, чтобы отмок нагар.

• Чтобы отмыть газовое барбекю, сразу после использования сделайте огонь сильнее и прокалите решетку 10–15 минут с закрытой дверцей. Затем щеткой с металлической щетиной соскребите остатки пищи.

ОСНОВЫ ЭТИКЕТА

Как готовиться к праздничному обеду или ужину

• Занять прибывших на торжество гостей – трудная задача для хозяев. Аперитив – одно из ее решений. Чаще всего аперитив означает угощение гостей перед застольем незначительным количеством крепких десертных, ароматизированных или просто прохладительных напитков. Это водка, виски, коньяк, джин, горькие настойки. Лучшим аперитивом специалисты считают вермут со льдом, разбавленный фруктовым соком и газированной водой. К аперитиву, если предполагается задержка некоторых гостей, подают закуски, которые не заглушают аппетит: жареные орехи, миндаль с солью, соленые палочки, фрукты, реже – канапе (маленькие бутерброды). В последние годы стало модно подавать свежую мелкотертую морковь, приправленную чесноком и сметаной, тертую свеклу с майонезом, редьку со сметаной и другие сырые измельченные овощи с приправами. Обычно такие закуски подают в маленьких корзиночках из теста на маленьких подносах, накрытых белой полотняной салфеткой.

• Если аперитив предлагается на веранде, в гостиной, в кабинете, где гости располагаются в креслах и на диване, лучше всего напитки и закуски подавать на специальных тележках.

• Несколько оригинальных, хорошо продуманных блюд гораздо привлекательнее, чем горы вычурной и жирной еды. Помните: чем больше у вас гостей, тем проще должна быть еда.

• Лучше иметь в запасе излишек еды, чем огорчаться из-за ее нехватки.

• Заранее напишите список приглашенных, составьте меню и перечень необходимых продуктов.

Заготовки

• Постарайтесь как можно больше блюд приготовить заранее. Например, начинку для фаршированных овощей можно сделать за несколько дней до назначенного срока и заморозить.

• Приготовьте сырые овощи за день.

• Бланшируйте все овощи, которые надо лишь слегка отварить, и промойте их проточной холодной водой.

• Нарежьте сырые овощи. Заверните их во влажные кухонные полотенца и в полиэтиленовых пакетах положите в холодильник.

• Большинство паштетов лучше всего приготовить заранее,

дня за два до назначенного срока; плотно заверните их в пленку или фольгу и уберите в холодильник.

• Заморозьте впрок сырые пельмени, вареники, печеные или сырые закуски в тесте. Размораживать их не нужно: сырые сразу варить или печь; печеные – разогреть в духовке при температуре 180 ˚С в течение 10 минут.

• Планируйте 1–2 закуски, которые можно готовить прямо перед подачей на стол. Дополните их такими закусками, которые вообще не надо готовить, – сыром, орешками, виноградом и несколькими сортами копченой колбасы.

• В блюде с закусками, поставленном на стол, еда должна быть нарезана маленькими кусочками, чтобы ее легко можно было переложить в свою тарелку и съесть.

• Приготовьте несколько подносов с едой, накройте их прозрачной пленкой и поставьте в холодильник, чтобы по мере исчезновения еды быстро выставлять их на стол.

• Если у вас только закусочный стол, на каждого гостя нужно заготовить 10–12 разных закусок. Если же вы будете подавать и горячее, то достаточно и 4–5 закусок.

• Чтобы закуски были ароматными, выньте их из холодильника примерно за 30 минут до подачи на стол.

Составление меню

Несколько рекомендаций по выбору меню для праздничного стола:

• закуски рекомендуется выбирать разнообразные и легкие – например, шпроты, сардины, натуральные овощи и т. д. Если это не обед, а ужин, то количество и ассортимент закусок нужно увеличить, помня о том, что первого блюда нет;

• первые блюда – если перед первым блюдом вы ели 1–2 легкие закуски, то суп нужно выбирать более плотный и сытный: борщ, щи, сборную солянку (мясную или рыбную), рассольник, харчо и т. д. Если же закусок было много, можно выбрать более легкий суп: прозрачный бульон с яйцами, гренками, пирожками, суп-пюре из овощей, уху и т. д.;

• вторые блюда – после плотного мясного супа можно подать отварную, припущенную или запеченную рыбу, шницель из капусты, морковные котлеты, рисовый пудинг. После рыбного супа или легкого бульона – бифштекс, филе, лангет, антрекот, эскалоп, шашлык, гуся, утку с капустой или яблоками, плов, свиные или бараньи отбивные, бефстроганов и т. д.;

• сладкие блюда – выбирая сладкие блюда, следует исходить из того, что им предшествовало. Если это были бифштекс, филе,

шашлык, плов, то на десерт можно съесть что-нибудь легкое и освежающее: компот, мороженое, яблоки в сиропе, ягоды со сливками и т. д. После домашней птицы, дичи, рыбы на сладкое рекомендуются пудинги, шарлотки, яблоки в тесте, блинчики с вареньем и т. д.; обед или ужин обычно завершают черным кофе, чаем с лимоном и различными фруктами;

• напитки:

– к холодным рыбным закускам – семге, балыку, икре и др. – рекомендуется водка или коньяк;

– к острым салатам и мясным закускам подходит рюмка красного или белого вермута. Его своеобразный аромат, горьковатый привкус, запах полыни, хинной корки и гвоздики гармонирует со вкусом многих закусок;

– к нежным, неострым закускам, таким как салаты, заливная и отварная рыба, язык, крабы и креветки, холодный цыпленок, сыры, подают белое столовое вино («Алиготе», «Рислинг», «Фетяска», «Цинандали» и др.);

– к ростбифу, печеночному паштету, окороку, мясному ассорти и другим блюдам из красного мяса подают красное столовое вино типа «Саперави», «Каберне», «Гамза», «Мукузани», «Мавруд» и др.;

– к первым блюдам рекомендуются крепкие виноградные вина, особенно мадера, портвейн, херес и т. д.;

– к горячим рыбным блюдам обычно подают белые сухие виноградные вина – «Рислинг», «Цинандали», «Гурджаани» и др.;

– со вторыми мясными кушаньями, особенно с блюдами кавказской кухни (шашлык, люля-кебаб), гармонируют красные сухие виноградные вина: «Оксамит Украіни», «Мукузани», «Саперави», «Каберне» и др.;

– блюда из домашней птицы, овощные кушанья запивают полусладкими винами: «Чхавери», «Твиши», «Хванчкара», «Киндзмараули», «Мускат» и др.;

– к сладким блюдам – шарлоткам, пудингам, блинчикам с вареньем, желе, муссам, кремам и т. д. – подходят все марки кагоров, мускатов, токаи, грузинское вино «Салхино». К фруктам, мороженому подают сладкое и полусладкое шампанское;

– шампанское по своим качествам и аромату может сопутствовать самым различным блюдам, за исключением острых закусок. Этот напиток можно рекомендовать к праздничному столу вместо других вин. В этом случае сначала пьют более сухое шампанское, постепенно переходя к сладкому.

Шампанское всегда подается к столу охлажденным от 6 до 10 °С. Разливать его следует тонкой струей и лучше всего в 2–3 приема под углом 45° во избежание быстрого образования пены.

– к черному кофе, которым обычно заканчивают праздничный обед или ужин, рекомендуется рюмка коньяка или ликера.

При подаче вин обязательно нужно учитывать их температурный режим, так как каждое вино особенно вкусно и ароматно только при определенной температуре: белое столовое, десертное и ликерные вина охлаждаются до 10–12 °С, а красное сухое и коньяк подают комнатной температуры (18–22 °С).

Водка и горькие настойки подаются охлажденными до 8–10 °С.

Сервировка стола

Немалую роль в возбуждении аппетита играет правильно сервированный и красиво украшенный стол. К обеду или ужину белые скатерти, а к завтраку или полднику – цветные, спокойных тонов. В торжественных случаях – во время званых обедов или ужинов – скатерть должна быть обязательно белой. Иногда, чтобы скатерть не пачкалась, ее покрывают прозрачной синтетической пленкой, но это можно себе позволить только тогда, когда в доме нет посторонних. Скатерть должна покрывать стол целиком и свисать со всех сторон одинаково – на 20–30 см.

Чем торжественнее обед или ужин, тем тщательнее должен быть сервирован стол. Это производит приятное впечатление и часто помогает задать нужный тон всему празднику. Стол рекомендуется украшать живыми цветами в нескольких невысоких вазах, которые ставят не только на середину стола, но и на край его. Не следует использовать очень пахучие цветы, чтобы запах не перебивал аромат кушаний.

• Желательно, чтобы приборы были одностильными. Для вечеринки-фуршета лучше всего подойдут широкие плоские блюда. Еда на них выглядит эффектнее.

• Сервируя стол для завтрака, сначала расставляют мелкие столовые тарелки, соблюдая при этом следующие правила:

– тарелки следует расставлять так, чтобы расстояние между ними составляло 60–80 см (на участке стола, предназначенном для почетных гостей, – несколько больше) и они отступали от края стола на 2–3 см;

– на мелкую столовую тарелку ставят закусочную, а слева от нее, на расстоянии 10–15 см, пирожковую (для хлеба, пирожков, пампушек). На закусочную тарелку кладут полотняную салфетку и на середину стола ставят вазочку с бумажными салфетками;

– с правой стороны от мелкой тарелки лезвием к ней кладут столовый и закусочный ножи, с левой, зубцами вверх, – столовую и закусочную вилки;

– приборы должны располагаться по одной линии;

– за мелкой тарелкой ставят фужер для минеральной или фруктовой воды, кваса, сока;

– посередине стола может находиться графин с соком, квасом и т. д.;

– на столе обязательно должны быть солонка, наполненная солью «Экстра», перечница с черным или красным перцем, по необходимости горчица, хрен и т. д.;

– хлеб, нарезанный тонкими аккуратными ломтиками по 50–100 г каждый, ставят на стол в хлебнице.

• Стол для обеда сервируют почти так же, как для завтрака. Между столовым и закусочным ножами кладут столовую ложку углублением вверх. Перед тарелкой справа от фужера ставят рюмку для крепкого или десертного виноградного вина и рюмку для водки или настойки.

• Стол для ужина сервируют так же, как для обеда, только не кладут столовых ложек.

• При сервировке праздничного или банкетного стола между столовой мелкой тарелкой и пирожковой для хлеба кладут три вилки – столовую, рыбную и закусочную. С правой стороны от мелкой тарелки кладут три ножа – столовый, рыбный, закусочный. Между рыбным и закусочным ножами кладут столовую ложку углублением вверх.

• Перед мелкой тарелкой ставят справа налево пять рюмок: для коньяка, для водки или настойки, для крепкого вина (мадерную), для белого (цветную) и красного столового вина (прозрачную), а впереди, также справа налево, бокал для шампанского и фужер для воды.

• Перед фужером и бокалом для шампанского кладут десертный прибор – нож, вилку и ложку ручками вправо. Хлеб раскладывают на пирожковые тарелки каждому гостю в отдельности (за несколько минут до приглашения к столу).

• Батоны режут поперек, формовой хлеб разрезают вдоль, а затем каждую половину нарезают на куски толщиной 7–10 мм.

• Хлеб на пирожковую тарелку укладывают так: слева по 3–4 кусочка белого (верхней корочкой влево), а справа – по 3–4 кусочка черного (верхней корочкой вправо). Горбушку и куски с отставшей или подгорелой коркой не следует подавать.

• Разнообразные сорта хлеба можно подавать в плетеных корзинах, застеленных разноцветными салфетками.

• На столе должны быть ваза с цветами, ваза с фруктами, а также ведерко со льдом – для шампанского.

• Соль и перец ставят на стол попарно; соль – слева, перец – справа. Если гостей много, соль и перец ставят через 1–2 прибора.

• Специи надо ставить на одной линии с рюмками.

• На банкетный стол рекомендуется поставить также несколько пепельниц небольшого размера.

• Стол для чая или кофе лучше всего накрывать цветной скатертью. В центре стола ставят вазу с вареньем, конфетами, около вазы-сухарницы с печеньем и розетки с тонко нарезанным лимоном.

• Чай может заменить легкий ужин, в таком случае на стол следует поставить сливочное масло в масленке, тарелки с ветчиной, сыром, колбасой и другими продуктами для бутербродов. Перед каждым членом семьи или гостем нужно поставить десертную тарелку, на нее положить салфетку, слева от тарелки должна быть десертная вилка, справа – десертный нож.

Подача блюд и напитков

• Количество и последовательность подачи блюд зависит от характера празднества, числа приглашенных и свободного пространства на столе. Закуски лучше подавать не все сразу, а постепенно. Это подчеркнет торжественность банкета.

• Из-за того, что некуда поставить закуски, ни в коем случае нельзя сокращать сервировку, убирать вазу с цветами и т. д.

• В первую очередь необходимо подавать кушанья наиболее почетным гостям. Все гости должны быть одинаково дороги хозяевам, однако нужно принимать во внимание их возраст, трудовые заслуги, положение в семье, роль, которую они играют в общественной жизни, и их отношение к данному празднеству.

• Неплохо, если хозяйка поставит возле себя подсобный столик, накрытый белой скатертью. На него можно поставить чистые тарелки и приборы для замены, супницу, хлебницу и т. д. С этого же столика подают кушанья, если гостей 5–6 человек. Если же гостей больше, блюдо поочередно подносят каждому гостю, и он сам должен переложить еду к себе на тарелку. Кушанья всегда подают с левой стороны, а вино наливают с правой стороны сидящего за столом. Кушанье, предварительно разложенное на тарелке, подают, как вино, с правой стороны сидящего за столом.

Подача закусок

• В первую очередь за стол подают рыбные закуски, икру, семгу, балык, рыбу отварную, заливную, под майонезом, в маринаде. Затем подают салаты, причем сначала рыбные, затем мясные и в последнюю очередь овощные. После салатов следуют

мясные закуски: ветчина, колбаса, буженина, рулет, домашняя птица и т. п.

• После холодных закусок подают горячие: жареную ветчину, грибы в сметане.

• Зернистую икру подают в икорнице, в металлическую часть которой положен мелко наколотый лед, или в вазочке (креманке).

• Под икорницу и вазочку нужно поставить пирожковую тарелку и на нее положить икорную лопаточку. Паюсную икру, балык, семгу подают на тарелках или блюдах. Натуральную сельдь и форшмак подают в селедочницах. Салаты, маринованные овощи и фрукты рекомендуется подавать в хрустальных или фарфоровых салатниках, поставив их на закусочную или десертную тарелку. На тарелку кладут столовую или десертную ложку.

• Овощные и рыбные консервы в томате или в собственном соку также подают в салатниках. Под салатник ставят тарелку и на нее кладут ложку.

• Рыбные консервы в масле можно подавать прямо в коробках, подставив под них пирожковую тарелку. На тарелку кладут специальную широкую и короткую вилку.

• Ветчину, колбасу, буженину, жареную домашнюю птицу, дичь и другие мясные закуски подают на блюдах. На блюдо кладут ложку или вилку, в зависимости от вида закуски.

• Паштеты лучше всего подавать на тостах.

• Сырые овощи подают на подносе или в большой плоской корзине, выстланной прозрачной пленкой и листьями краснокочанной капусты, красного салата, шпината и других сортов зеленого салата.

• Сыр подают целым куском на большом плоском блюде с пучком свежей зелени, рядом кладут специальный нож.

• Соусы, сметану, хрен подают в соусниках, под которые ставят пирожковые тарелки. Рядом кладут чайные ложки.

Подача супов

• На стол ставят супницу и пирожковую тарелку с разливной ложкой. Супы наливают в глубокие тарелки, которые ставят на мелкие столовые.

• Бульоны подают в подогретых бульонных чашках с блюдцами. Едят их десертной ложкой.

• Бульон с фрикадельками можно подавать в глубокой тарелке со столовой ложкой.

• Пампушки, пирожки или гренки располагают на круглом блюде, и каждый гость сам кладет их себе на пирожковую

тарелку. Если гостей много, ставят несколько блюд, но разносить пампушки и пирожки не принято.

• Сметану к борщам и другим супам подают на стол в соусниках, поставленных на пирожковые тарелки (каждому гостю отдельно).

• К холодным супам (окрошке, ботвинье и др.) подают мелко наколотый пищевой лед в стеклянных или хрустальных салатниках. Салатники ставят на пирожковые тарелки и к ним подают чайные ложки.

Подача вторых блюд

• Перед подачей вторых блюд хозяйка должна собрать со стола всю использованную посуду, в том числе и мелкие столовые тарелки. В случае необходимости каждому гостю нужно добавить на пирожковую тарелку хлеба.

• На второе чаще всего подают одно блюдо. Но если в меню обеда или ужина предусмотрено несколько блюд, подавать их нужно в следующей последовательности: сначала рыбные, затем мясные натуральные в соусе, рубленые, жареную птицу и дичь и только потом овощные, мучные и яичные блюда.

• Мясные вторые блюда подают на овальных или круглых блюдах, а рыбу в целом виде – на продолговатых рыбных лотках. Хозяйка ставит одно блюдо с правой стороны от себя и раскладывает порции на мелкие столовые тарелки вместе с гарниром и соусом. При раскладывании на порции разрубленной курицы или индейки на каждую тарелку следует класть два кусочка: один белый от грудинки и один темный от ножки.

• Макаронные изделия лучше подавать в мисках, а не на плоских тарелках – так они дольше останутся горячими. Разогрейте миски заранее в духовке, нагретой до 95 °С.

• К макаронным изделиям не подают ножей. Длинные макароны наматывают на вилку: захватите вилкой всего лишь несколько макаронин, прижмите их вилкой к внутреннему краю миски и крутите вилку до тех пор, пока все макаронины не намотаются на нее. Печеные или фаршированные макароны отламывают боковой стороной вилки.

• Достоинства славянской печи помогут оценить блюда, приготовленные в горшочках. Они готовятся в обыкновенной духовке и отличаются особым вкусом и ароматом. При этом процесс тепловой обработки ускоряется и, следовательно, меньше разрушаются витамины. При этом упрощается сервировка стола: блюдо подается в той же посуде, в какой оно готовилось.

• Соленые, консервированные и маринованные огурцы,

помидоры, сливы, груши, яблоки следует подавать на стол в салатниках, и каждый гость сам будет брать их оттуда специальной ложкой.

Подача сладких блюд и холодных напитков

Когда гости закончат есть вторые блюда, хозяйка убирает со стола использованную посуду, приборы, хлеб, пустые бутылки и сметает крошки.

• Напитки подают охлажденными в кувшинах, кружках, бокалах, фужерах, стаканах. Отдельно подают лед.

• Холодные сладкие блюда (компоты, кисели, муссы, мороженое) подают в вазочках (креманках) или в стаканах, которые ставят на блюдца. Суфле, как правило, подают горячим в той же посуде, в которой готовили.

• Десертные ложки, ножи и вилки должны лежать на столе с начала обеда или ужина, а к мороженому подают специальные ложечки.

• Если на столе стоит ваза с фруктами, то подают десертные тарелочки.

Подача горячих напитков

• Хозяйка ставит возле себя или на специальный чайный столик самовар на подносе или чайник с кипятком, чашки, стаканы и чайничек с заваренным чаем.

• Чай, кофе с молоком и какао подают в стаканах с подстаканниками или чайных чашках. Под стакан или чашку ставят блюдце и на него кладут чайную ложку. Чашку или подстаканник ставят таким образом, чтобы ручка была повернута вправо.

• Черный кофе хозяйка разливает из кофейника в маленькие кофейные чашечки и подает каждому гостю на блюдечке с маленькой кофейной ложечкой.

• К горячим напиткам рекомендуется подавать сахар, варенье, лимон, торты, пирожные, печенье, конфеты, коньяк, ликер, фруктовые соки.

• Торты, пирожные и печенье следует поставить к столу в плоских низких вазах и около них положить лопаточки для торта и щипцы для пирожных и печенья.

• Сахар (только кусковой) подают в сахарницах, сверху кладут щипцы.

• Варенье подают в вазах, а перед каждым гостем ставят розетку. Варенье хозяйка должна накладывать сама специальной

десертной ложкой.

• Конфеты подают в вазах и в коробках. Для конфет без оберток надо положить щипцы.

• Лимон нарезают тонкими кружочками вместе со шкуркой и подают в больших розетках или в вазочках.

Подача вин и винно-водочных изделий

• Винно-водочные изделия рекомендуется ставить на стол в бутылках, за исключением тех случаев, когда на бутылке повреждена этикетка. Тогда напиток наливают в графин емкостью не более 0,5 л. В графинах подают и домашнюю наливку.

• Для каждого напитка существуют специальные рюмки. Расставленные на столе в нужном порядке, они подчеркивают торжественность обстановки.

• Для коньяка должны быть специальные коньячные рюмки. Эти же рюмки могут употребляться для ликера. Водку и настойки наливают в рюмки емкостью 40–50 см.

КУЛЬТУРА ПОВЕДЕНИЯ ЗА СТОЛОМ

Умение правильно держать себя за столом, красиво есть всегда считалось одним из критериев, по которым судили о культурном уровне человека. Время вносит определенные изменения в правила поведения за столом – одни отмирают, другие появляются, но основные нормы остаются неизменными. Их знание помогает правильно ориентироваться в различных ситуациях повседневной жизни.

Итак, о поведении за столом.

• Сев за стол, следует обратить внимание на свою осанку. Сидеть надо непринужденно, слегка опираясь на спинку стула. Стул не надо придвигать слишком близко, иначе может возникнуть непроизвольное желание положить локти на стол. Не надо также далеко отодвигаться от стола – это неудобно во время еды.

• Иногда, сев за стол, человек не знает, куда деть руки. Лучше держать их подальше от лица, не подпирать подбородок, не потирать лоб. Пусть руки свободно лежат на коленях.

• Порой человек не знает, как поступить с салфеткой, и словно бы не замечает ее. Тканевую салфетку следует сложить вдвое и положить на колени изгибом к себе, губы ею вытирать не надо, для этого предназначены специальные маленькие бумажные салфетки.

• Запачканные пальцы нужно аккуратно вытереть уголочком верхней части полотнища тканевой салфетки (при этом салфетка остается на коленях).

• Бумажной салфеткой можно только промокнуть губы, перед тем как отпить вина или воды, чтобы не оставлять следы на стекле.

• Выходя из-за стола, тканевую салфетку кладут справа от тарелки или, если тарелка убрана, в центре.

• Если на стол подано кушанье, которое вам не встречалось раньше, посмотрите, как с ним справляется хозяйка, или обратитесь к ней с вопросом, из чего блюдо приготовлено и как его полагается есть.

• Уронив нож или вилку, попросите другой прибор, а не пытайтесь сами поднять их. Если же подобную оплошность допустит кто-либо из окружающих, постарайтесь «не заметить» случившегося.

• Неприлично садиться за стол с сигаретой, а также курить между подачей блюд. Курение за обеденным столом считается проявлением неуважения к хозяевам. К тому же запах дыма

мешает воспринимать вкусовые качества кушаний, на приготовление которых было затрачено немало усилий. Позволить себе курить можно перед кофе. В самом крайнем случае – между последним блюдом и десертом, в этот момент обычно бывает небольшой перерыв из-за перемены приборов.

• Старайтесь вести себя за столом так, чтобы не мешать окружающим: ешьте и пейте бесшумно, не открывайте широко рот, локти прижмите к телу, не нагибайтесь над столом.

• Согласно правилам хорошего тона, сидя за столом, можно только запястьем опереться о его край. Женщины ненадолго могут опереться о стол локтем.

• Не следует играть приборами, теребить скатерть, вытягивать во всю длину ноги под столом.

• Во время еды не принято дуть на горячую пищу и напитки. Совершенно недопустимо использовать нож при употреблении макарон, вермишели, лапши, солянки, мозгов, омлетов, пудингов, желе.

• После еды вилку и нож кладут на тарелку параллельно, ручками вправо. Если они будут использованы для следующего блюда, их можно положить на стол.

• Передавая нож соседу по столу, следует протягивать его ручкой от себя.

• Если кушанье вам не нравится, не говорите об этом за столом. Поблагодарите и откажитесь от дополнительных порций. Невежливо пудриться и краситься за столом. Неприлично есть с ножа.

• Если вы хотите достать что-либо со стола, не тяните через весь стол руку, а попросите соседа передать то, что вам понадобилось.

• Прежде чем посолить или посахарить блюдо, спросите соседа, не желает ли он воспользоваться солью, сахаром.

• Кушанья с блюда нужно брать, всегда помня обо всех, сидящих за столом.

• Взяв с общего блюда кушанье, обязательно поставьте блюдо на прежнее место. Приборы, с помощью которых перекладывают кушанья на тарелку, также нужно возвращать на место.

• На тарелку следует класть столько, сколько вы можете съесть. Остатки пищи на тарелке свидетельствуют о невнимательности к другим.

• Если во время еды вам нужно что-нибудь взять, положите нож и вилку на тарелку в том положении, в каком вы их держали, то есть нож ручкой вправо, вилку – влево.

• Нож и вилку следует держать за ручки, а не у самого лезвия или зубцов. Ни в коем случае нельзя брать нож в рот. Если к

некоторым блюдам, например к сыру, подают только нож, то сыр режут и кладут на кусочек хлеба.

• Рубленые котлеты, шницели, бифштексы едят вилкой (накрывая на стол, вилку в этом случае кладут справа от тарелки), в случае необходимости помогая себе кусочком хлеба.

• Если надо подсолить блюдо, соль берут чайной ложкой или кончиком ножа (а еще лучше специальной ложечкой, находящейся в солонке).

• Перед тем как пить, промокните губы салфеткой, чтобы на стакане не осталось пятен.

• Пользуясь вилкой и ножом, держите вилку в левой руке, а нож – в правой. Если вы едите одной вилкой, то ее нужно держать в правой руке. Отрезайте кусок за куском постепенно, по мере того как съедаете их. Все сразу нарезают только детям, которые не умеют пользоваться ножом.

• При нарезке нож двигайте на себя, а вилку держите наклонно, а не перпендикулярно тарелке, иначе вилка может соскользнуть и еда разлетится по столу.

• Клецки, галушки, картофель, гарнир резать ножом не следует, их разделяют на куски вилкой.

• Хлеб следует есть, отламывая по кусочку. Никогда не позволяйте себе в гостях, на торжественном обеде крошить хлеб или булку в соус.

• Хлеб нужно брать из хлебницы рукой, а не вилкой. Если вы хотите намазать хлеб маслом, переложите порцию масла сначала на тарелку и только затем на хлеб.

• Во время еды не набивайте рот: это некрасиво и мешает принимать участие в разговоре.

• Кусковой сахар берут из сахарницы щипцами и стараются положить в чашку так, чтобы не выплеснуть из нее напиток.

• Если щипчиков для сахара на столе нет, сахар можно взять чистой ложечкой или рукой так, чтобы не дотрагиваться до остальных кусков. Брать сахар ложечкой, которая уже была опущена в чай или кофе, нельзя. Ложечка служит только для размешивания сахара – оставлять ее в стакане или чашке во время питья, брать в рот, выскребывать ею оставшийся на дне сахар некрасиво. Помешав в чашке, положите ложку на блюдечко. Стучать ложкой, размешивая напиток, считается признаком невоспитанности.

• Если вы добавляете в кофе или чай спиртные напитки, налейте их сначала в ложку, а уже из ложки – в чашку.

• При произнесении тоста поднимите бокал и посмотрите на виновника торжества. Чокаясь, смотрите прямо в глаза. Рюмку или бокал держите за ножку или нижнюю часть и прикасайтесь

верхним краем к рюмке того, с кем чокаетесь. Если гостей много, обычно чокаются с близсидящими, а тем, кто сидит далеко, слегка кланяются, подняв в их направлении руку с бокалом. Во время произнесения тостов нужно прекратить разговор и бесшумно положить нож и вилку на тарелку.

• Нельзя выплевывать косточки от фруктов и мелкие кости от мясных блюд прямо на тарелку. Нужно сначала переложить их на ложку или на вилку и только затем в тарелку. Косточки от фруктов кладут на блюдце, а кости от мяса – на край мелкой тарелки.

• Как нужно есть то или иное блюдо? Какими приборами при этом пользоваться? Можно ли есть птицу руками? Нужно ли пользоваться ножом, когда ешь рыбу? На этот счет существует целый ряд правил, и их нужно знать, чтобы не чувствовать себя неловко в гостях или на званом обеде. Вот некоторые из них.

Супы. Во время еды не принято наклонять тарелку с супом, пусть небольшое количество его остается. В семейном кругу можно слегка наклонить тарелку от себя. Во время еды и после нее суповую ложку оставляют в тарелке. Бульоны и супы, которые подаются в чашках, следует пить, не пользуясь ложкой. Если бульон подают с кусочком курицы, то вначале едят ложкой бульон, а затем – при помощи ножа и вилки – курицу.

Мясо. От мяса следует отрезать небольшие куски, начиная с того края, который ближе к вам. Вертеть мясо на тарелке, отрезая то с одной, то с другой стороны, не следует.

Разрезая мясо на куски, не стоит прилагать слишком большие усилия, так как отрезанный кусочек может легко выскользнуть из тарелки на скатерть. Все блюда из рубленого мяса едят вилкой, отделяя небольшие кусочки.

В некоторых случаях правила этикета допускают есть руками. Срезав мясо с кости, можно взять ее в руки. Нередко для удобства на косточку надевают бумажные папильотки. Иногда на стол специально ставят небольшие тарелочки для костей.

Птицу едят при помощи ножа и вилки. Есть ее руками можно только в кругу семьи или близких друзей. На званых обедах, банкетах, торжественных приемах этого делать нельзя, даже если приходится оставить на тарелке кусочки мяса, которые не удалось отделить от костей при помощи ножа и вилки. Маленькие косточки от птицы нужно осторожно выплюнуть на вилку и положить на край своей тарелки.

Цыпленка табака едят так: прежде всего ножом, придерживая цыпленка вилкой, отделяют крылышко или ножку и понемногу срезают с них мякоть. После того как мякоть съедена, а косточки при помощи ножа и вилки переложены на край тарелки,

приступают к грудке, последовательно отрезая от нее маленькие кусочки.

Рыбу едят специальной вилкой и ножом. Вилкой придерживают кусочек, ножом или лопаткой – отделяют кости. Можно есть рыбу двумя вилками: правая используется для отделения костей, левой же отправляют кусочки в рот. Если подается только одна вилка, ее держат в правой руке, а левой берут кусочек хлеба. Хлеб служит для удерживания кусочков рыбы, вилка – для отделения костей.

К рыбе часто подают лимон. Если рыба зачищена от костей, лимон берут правой рукой, а вилку – левой. Накалывают вилкой лимон и выжимают правой рукой из него сок на рыбу. Выжатый лимон оставляют на тарелке для отходов. Затем наливают соус и берут гарнир.

Если рыба подана целиком, ее кладут на тарелку спинкой кверху. Вилку держат левой рукой, нож – правой, с их помощью от рыбы отделяют хребет и голову. Кости складывают на тарелку для отходов. Рыбу сбрызгивают лимонным соком, накладывают гарнир, поливают соусом и едят с помощью ножа и вилки.

Раки, креветки, крабы. Для раков существуют специальные приборы: короткая вилка и нож с отверстием. Но если их нет, можно есть раков руками. В этих случаях на столе должны стоять полоскательницы или мисочки с водой для ополаскивания пальцев. Окончив еду, руки нужно ополоснуть и вытереть салфеткой.

У рака едят сперва мясо, находящееся в клешне. Затем рака переворачивают на спину, отделяют от туловища шейку и вилкой выбирают мясо.

Креветки едят руками. Их берут левой рукой за голову, а правой выворачивают хвостовой плавник, из которого вилкой выбирают мясо.

Крабов подают к столу в разделанном виде. Едят их с майонезом при помощи рыбного прибора. Обычным ножом и вилкой не пользуются.

Если вы подаете на стол целого краба, обязательно положите каждому гостю щипцы для колки орехов, мисочки для осколков панциря и большое количество салфеток.

Колбаса, буженина, ветчина, рулет, семга, балык. Эти и подобные им виды закусок следует есть при помощи закусочной вилки и ножа, отрезая небольшие кусочки. Если вы приправляете закуску горчицей, намазывайте ее ножом. Бутерброды надо есть откусывая, а не отламывая куски. Сыр едят отрезая от куска понемногу.

Салаты и винегреты нужно есть вилкой, помогая себе при

этом кусочком хлеба.

Свежие помидоры и огурцы едят при помощи ножа и вилки.

Редиску подают на стол с листиками. Вы можете немного очистить ее во время еды, держа нож в правой руке, а редиску в левой. Ешьте ее руками, обмакивая в соль и откусывая небольшие кусочки.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Старинные меры веса

Иногда в старинных поваренных книгах можно встретить меры веса – фунт, унция. В таких случаях надо знать, что 1 фунт равен 400 г, а унция – 27,35 г. Так, например, 1 фунт с четвертью будет равен 500 г, 6 унций – 170,1 г.

Взвешивание без весов

Если в нужный момент у вас не окажется обычных хозяйственных весов, не огорчайтесь: продукты можно взвесить и без них. Для этого достаточно иметь две кастрюли разных размеров. В меньшую надо положить предмет, вес которого известен. Эту кастрюлю вложить в большую, до краев наполненную водой. Теперь если вынуть из меньшей кастрюли груз, а вместо него положить продукты, то вода, поднявшись до прежнего уровня, укажет, что вес продуктов равен весу извлеченного предмета.

Сравнительная таблица веса и меры некоторых продуктов

Название продукта	Вес, г			
	В стакане 250 см³	В столовой ложке	В чайной ложке	1 шт.
Мука, крупа, сухари				
Мука пшеничная	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Крупа гречневая	210	25	8	—
Крупа «Геркулес»	90	12	4	—
Крупа манная	200	25	8	—

Название продукта	Вес, г			
	В стакане 250 см³	В столовой ложке	В чайной ложке	1 шт.
Крупа перловая	230	25	8	—
Крупа ячневая	180	20	6	—
Рис	230	25	8	—
Пшено	220	25	—	—
Фасоль	220	—	—	—
Горох нелущеный	200	—	—	—
Горох лущеный	230	—	—	—
Чечевица	210	—	—	—
Сухари молотые	125	15	5	—
Молоко, молочные продукты, жиры				
Молоко цельное	250	20	6	—
Молоко сухое	120	20	6	—
Молоко сгущенное с сахаром				—
Сливки	250	25	10	—
Сметана	250	25	10	—
Масло сливочное	245	20	5	—
Творог	—	17	5	—
Сало (топленое)	180	20	—	—
Свиной жир (топленый)	245	20	5	—
Масло растительное	—	17	5	—
Маргарин (растопленный)	—	15	4	—
Яйцо	—	—	—	40
Овощи, фрукты, ягоды				
Морковь	—	—	—	75
Свекла	—	—	—	700
Картофель	—	—	—	100
Лук	—	—	—	75
Капуста	—	—	—	1000
Огурец	—	—	—	100
Помидор	—	—	—	60
Кабачок	—	—	—	200
Баклажан	—	—	—	220
Стручок сладкого перца	—	—	—	50

Название продукта	Вес, г			
	В стакане 250 см³	В столовой ложке	В чайной ложке	1 шт.
Петрушка (корень)	—	—	—	50
Пастернак (корень)	—	—	—	100
Сельдерей	—	—	—	80
Яблоко	—	—	—	90
Яблоки сушеные	70	—	—	—
Клубника свежая	150	25	—	—
Вишня свежая	180	25	—	—
Изюм	190	25	7	—
Чернослив	220	35	—	—
Мак	145	17	5	—
Арахис (очищенный)	175	25	8	—
Миндаль (ядро)	180	30	10	—
Лимон	—	—	—	70
Апельсин	—	—	—	150
Мясо, дичь, домашняя птица, субпродукты				
Барашек	—	—	—	2500
Заяц	—	—	—	1500
Кролик	—	—	—	1200
Гусь	—	—	—	3000
Утка	—	—	—	1500
Курица	—	—	—	1200
Индейка	—	—	—	3000
Цыпленок	—	—	—	500
Ножка свиная	—	—	—	250
Нога говяжья	—	—	—	1600
Голова свиная	—	—	—	4000
Язык говяжий	—	—	—	800
Язык свиной	—	—	—	200
Почка говяжья	—	—	—	200
Сахар, пряности и прочее				
Сахар-песок	200	25	8	—
Пудра сахарная	180	25	10	—
Соль	325	30	10	—
Уксус	250	15	5	—

Название продукта	Вес, г			
	В стакане 250 см³	В столовой ложке	В чайной ложке	1 шт.
Желатин	—	15	5	—
Кофе молотый	—	25	9	—
Какао-порошок	—	25	9	—
Кислота лимонная	—	25	8	—
Сода пищевая	—	25	12	—
Вода	250	18	5	—
Варенье	330	45	20	—
Вино столовое	250	20	5	—
Ликер	—	20	5	—
Мед	350	28	7	—
Чай	—	—	2	—
Гвоздика	—	—	—	0,06
Лист лавровый	—	—	—	0,2
Перец горький	—	—	—	0,05

Краткий кулинарный словарь

Бисквит – кондитерское тесто и кондитерский «хлеб», приготовленный из муки, сахара и яиц. Яиц по весу (или объему) должно быть немного больше, чем муки.

Бланшировать — подвергать кратковременной обработке горячей водой или паром пищевые продукты, в основном растительного происхождения, для сохранения их натурального вида. Держать в кипятке не более 1–2 минут.

Бульон – отвар мяса, домашней птицы, рыбы или овощей. Бульон может быть как самостоятельным блюдом, так и основой для приготовления супов, соусов и подлив.

Варка – способ приготовления продуктов в воде или молоке, а также в соках и отварах.

Выделка теста – заключительный процесс приготовления сдобного теста. Выделкой называется внесение в тесто различных разрыхлителей – соды, пекарского порошка, а также цукатов, орехов, изюма, пряностей и масла.

Вырезать сердцевину – вынуть сердцевину, оставив для кулинарной обработки лишь мякоть яблока, груши, тыквы, ананаса и т. д.

Гарнир – всякое дополнение (к рыбе или мясу) в виде овощей, изделий из картофеля и каш.

Глазурь – покрытие кондитерских изделий. Состоит из смеси сахара и шоколада или из взбитого белка.

Готовить на пару – варить продукт в пароварке над кипящей водой. В таком продукте максимально сохраняются питательные вещества, цвет и вкус.

Грилировать – готовить продукт на сильном прямом огне в гриле. Для жаренья мяса лучше использовать сковороду с решеткой, чтобы жир стекал на дно. Всегда нужно нагревать гриль, а не сковороду с решеткой, иначе продукт пристанет к решетке.

Дегласировать – для снятия пригорелости или ощущения жирности добавить к продукту, который жарился в жире, чайную ложку сухого красного вина в самом конце приготовления.

Десерт – фрукты или сладкие блюда, подаваемые в конце обеда.

Жаренье – приготовление продуктов при помощи нагревания в масле или жирах в металлической посуде.

Желе – десертное блюдо из фруктовых и ягодных соков, молока, сахара и любого желирующего вещества.

Жульен – мелкая нарезка овощей для супов и соусов.

Заколеровать – поставить уже готовое блюдо (мучное, мясное или блюдо из птицы) на 20–30 секунд в нагретую духовку, чтобы оно приобрело золотисто-коричневую корочку.

Закуска — первое блюдо обеда. Бывает холодная и горячая закуски, мясная, рыбная и овощная.

Запекание – разделяется на 3 вида: открытое (грилирование), закрытое (под крышкой или в фольге) и краткое *(см.* Заколеровать).

Заправка – определенный состав продуктов, улучшающий вкус изделия, например салата, супа.

Защипка – кулинарный прием для герметизации изделий из теста с начинкой. Каждое изделие защипывают по-своему. Защипки бывают катаными, зубчатыми, рантиком, кармашком, треугольником, шнуровые и т. д.

Карамелизировать – нагревать сахар до тех пор, пока он не превратится в сироп и не станет темно-желтого цвета.

Кляр – смесь муки и взбитого яйца с водой. Используется для жарки овощей, мяса, рыбы во фритюре. Лучше взять муку и взбитый желток с водой (белок во фритюре горит).

Консистенция – степень густоты продукта.

Ланспиг – желе (рыбное, мясное).

Льезон – введение в полуфабрикат блюда связующего, «склеивающего» пищевого продукта особым приемом (например, таким продуктом может быть белок яичный или яйцо, желатин, крахмалы и т. д.). Перемешанные сырые яйца с солью используют для закрепления панировки, а яичные желтки, смешанные с молоком или сливками, – для заправки супов или белых соусов.

Меланж — смесь (например, белка и желтка).

Мариновать — готовить продукты в крепком рассоле – маринаде. Один вид маринада используют при подготовке мяса, птицы или дичи, другой – для консервации грибов, овощей, фруктов на длительный срок. На основе маринадов можно приготовлять соусы.

Маскировать — покрывать готовое блюдо еще каким-нибудь продуктом. Чаще всего рыбу или птицу покрывают соусом или желе.

Мелко нарубить — нарезать продукт маленькими неровными кусочками, размером с горошину.

Надрезать край — сделать ножом аккуратные, неглубокие надрезы на стенках еще не печеных пирогов и тортов из слоеного, песочного или миндального теста, которые сильно крошатся после выпечки, чтобы перед подачей по этим меткам ровно нарезать пирог или торт.

Нарезка — разделка готового (сваренного, запеченного,

зажаренного, копченого) продукта (мяса, птицы, рыбы, сыра, колбас) на порционные куски и тонкие ломтики.

Обезжиривание — уменьшение жирности готовых мясных, куриных бульонов или супов и соусов. Блюдо необходимо охладить и только после этого с его поверхности снять жир.

Обжаривание — происходит на сковороде на сильном огне в небольшом количестве масла, чтобы создать корочку на продукте, но не прожаривать его внутри.

Опара — закваска для теста: готовя ее, замешивают всю норму теплой жидкости и дрожжей с половиной нормы муки. Выдерживают 1,5–2 часа.

Откинуть — выложить в дуршлаг варившиеся в воде овощи или макаронные изделия, чтобы с них стекла вода.

Осушить — выложить на промокательную бумагу или на решетку жаренное во фритюре изделие, чтобы удалить с него лишний жир.

Отсадить — выложить тесто на противень.

Оттяжка — средство для осветления бульонов, желе; мясная оттяжка – это промолотое мясо, смешанное с водой, солью и яичными белками; рыбная – белки с водой или вода, белки, икра.

Панировать — обвалять продукт в муке или сухарях.

Пассеровать — обжарить в масле или без масла (с мукой или без муки) на среднем огне мелко нарезанные овощи. Овощи не должны подгореть.

Пекарский порошок — состав, разрыхляющий изделия из теста. Его можно заменить смесью соды и лимонной кислоты или уксусом.

Поджаривание — чаще всего поджаривают фаршеобразные изделия из мяса, рыбы, творога и овощей. Процесс происходит на сильном огне, а продукты время от времени надо переворачивать.

Пошировать — отваривать яйца в воде без скорлупы.

Припускание — разновидность варки, при котором вода полностью не покрывает продукт.

Пюре — однородная густая гладкая масса из толченых, преимущественно растительных продуктов – картофеля, моркови, а также из бобовых – гороха, фасоли.

Раскатка теста — тесто раскатывают с середины, постепенно приближаясь к краям. Небольшой толстый кусок теста раскатывают толстой скалкой, затем берут тонкую скалку и продолжают раскатывать на доске.

Расстойка — выложенное на противень изделие накрыть полотенцем, поставить в теплое без сквозняков место и дать тесту подняться.

Сепарировать — отделять на составные части продукт.

Например, желток отделить от белка.

Соте — вид рагу из мяса, птицы, дичи, рыбы, грибов и овощей. Сначала продукты маринуются несколько часов, а затем сравнительно быстро обжариваются.

Соус белый — соус, приготовленный на белом бульоне (мясном, рыбном).

Соус красный — соус, приготовленный на коричневом (более концентрированном) мясном бульоне. Он острее, чем белый.

Суфле — кулинарные изделия, в состав которых входят взбитые яичные белки.

Томление — приготовление блюд из мяса, рыбы или овощей при помощи медленного длительного тушения.

Тост — поджаренный или подсушенный тонкий ломтик хлеба.

Тушение — тушат в основном мясо и овощи. Сначала продукт нарезается кусочками, которые обжариваются на сильном огне до образования корочки, а затем в смеси с небольшим количеством бульона или воды тушат до полного или частичного выпаривания жидкости.

Фарширование — фаршируют целый продукт (курицу, утку, гуся, рыбу, тыкву, кабачок, баклажан и т. д.) или его часть (например, кожу курицы или рыбы). Внутреннюю полость этих продуктов начиняют фаршем из других продуктов (овощей, фруктов, круп) или из части того же продукта (птицы, мяса, рыбы и т. д.), смешанного с пряностями.

Филе — лучшая, самая нежная и вкусная часть мяса домашних животных, птицы, дичи и рыбы.

Фри — продукт, обжаренный во фритюре.

Фритюр — глубокий слой растительного или животного жира, в котором производится жарка кулинарных изделий. Во фритюре изделие должно плавать, целиком погруженное в масло, но не достигать дна посуды. Обжаривание во фритюре идет очень быстро, от нескольких секунд до минуты. Чаще всего жарят мучные изделия, некоторые овощи, рыбу в кляре и т. д.

Фритюрница — аппарат для жарки во фритюре.

Цедра — наружный слой апельсина, лимона, других цитрусовых.

Щепотка — количество сухого порошкообразного вещества, которое может поместиться между плотно сложенными пальцами руки – большим, указательным и средним.

БАЙКИ БЫВАЛОГО КУЛИНАРА

Я – ресторатор. И если бы меня попросили назвать основную черту преуспевающего ресторатора, я отметил бы умение заводить знакомства, связи, дружбу, поддерживать их в системе constanta, то есть искусство объединять людей, считающих, что в мире ресторанного бизнеса вы для них – самый надежный и удобный человек. Налаживать связи никогда не поздно и никогда не рано, а вместо того чтобы знать все, нужно знать тех, кто знает все! От количества таких знакомств зависит ваше благополучие как душевное, так и финансовое. Как бы вы ни были талантливы, уверены в себе, преданы делу, надежны, компетентны и образованны, при нынешнем состоянии экономики, политическом и административном дисбалансе этого мало, а выжить и развиваться во многом помогут связи. Даже в период бездефицитности мест в ресторанах хочется идти к кому-то знакомому. Так уж устроен наш человек – он все время настороже, всегда готов к какому-то запрету, неудобству, ограничению, к чему-то, что может осуществиться для него только по блату. Кроме того, многие помнят советские времена и свято верят, что если они что-то делают по знакомству, то, по крайней мере, их не обсчитают и не обвесят. А в нынешней системе свободного ценообразования возможны льготы и скидки, к тому же, по мнению клиентов, знакомые рестораторы обратят больше внимания на качество блюд и обслуживание.

От написания данной книги количество таких связей может только увеличиться. И если в результате у меня появится новый клиент, цель будет достигнута. Недаром на моей визитке написано: «Те, кого мы кормим, кормят и нас!»

В этой книге собраны различные истории из мира ресторанной жизни, где я конечно же являюсь одним из участников. Истории – это прежде всего истории. Факты, реалии. Совсем не обязательно делать из каждой описанной мною ситуации определенный вывод, примерять ее на себя – просто нужно воспринимать это как «опыты быстротекущей жизни». И если отдельные моменты для кого-то из рестораторов явятся примером, а кого-то уберегут от ошибок, я буду очень рад.

Сопровождающие книгу фотографии и рецепты, надеюсь, сделают портрет профессионала более ярким. И совсем не обязательно, чтобы блюда-хиты были чем-то исключительно новым в мире кулинарии. В английском языке слово «хит» означает успех. Мои кулинарные хиты – это блюда, прошедшие испытание временем, в большинстве случаев творчески

доработанные и доказавшие свою востребованность. Многие рецепты достались мне от мамы. Эти блюда вы всегда можете отведать в нашем ресторане или приготовить дома.

«А В РЕСТОРАНЕ, А В РЕСТОРАНЕ, А ТАМ ГИТАРЫ, А ТАМ ЦЫГАНЕ»

Понятия «ресторан», «ресторация» существуют давно. В 1765 году их ввел в обиход французский кулинар Буланже. В Париже в ту пору самым распространенным блюдом было рагу. Его подавали и в королевском дворце, и в захудалых харчевнях. Им потчует своих постояльцев Мирандолина – главная героиня пьесы Карло Гольдони «Хозяйка гостиницы», написанной в 1753 году.

Буланже отказался от рагу. Он включил в меню суп, который назвал restorantes («укрепляющий, восстанавливающий»), бульон, котлеты де-воляй, омлеты. Эта еда была полной противоположностью рагу, которое готовилось с острой приправой, луком, чесноком, перцем. На вывеске своего заведения Буланже написал: «Приходите ко мне все, у кого испорчен желудок. Я его отреставрирую!»

Остроумие Буланже пришлось по вкусу посетителям, так же как и его кулинария. Слова «реставрировать» и restorantes вошли в широкий обиход и постепенно, в результате своеобразной эволюции, как это нередко бывает, преобразовались в понятия «ресторация», «ресторан». А со временем перекочевали и в Российскую империю, потеснив всевозможные трактиры, харчевни, шинки. Таким образом, Буланже стал «отцом современного ресторана».

В конце XIX – начале XX века в Киеве было не менее сотни ресторанов. Но громкое название вовсе не являлось гарантией солидности. Вот, скажем, «Метрополь» на Фундуклеевской (ныне – улица Богдана Хмельницкого). Думаете, одно из фешенебельных заведений города? Вынужден вас разочаровать: обычный третьеразрядный ресторанчик. А вот по-настоящему элитных ресторанных заведений насчитывалось не так уж много. Последние сочетали в себе изысканный интерьер, удобную мебель, дорогую посуду, серебряные ножи и вилки, хрустальные бокалы, внимательную прислугу, огромный выбор блюд и напитков. Здесь собирались биржевые дельцы, фабриканты, помещики, титулованные особы, то есть сливки общества, как они сами себя называли. По вечерам для гостей играли салонные или «неаполитанские» оркестры, исполнялись популярные песни и романсы, музыканты были одеты в костюмы венецианских гондольеров, на головах у них красовались трикотажные шапочки, на кончиках которых болтались яркие кисточки. Кухня в таких ресторанах была преимущественно французская,

состоявшая чуть ли не сплошь из мало понятных для непосвященных названий. «Что прикажете? Есть филе де диндон а-ля кардиналь, консоме тортю, фон д'арико с зеленой спаржей…» Заведения такого класса имелись при каждой гостинице: «Гранд-отель» на Крещатике, «Континенталь» на нынешней улице Городецкого (теперь это здание консерватории) и «Европейская» на Европейской площади (на этом месте сейчас Украинский дом).

Почти все рестораны находились в центре города, неподалеку от кварталов, где жила аристократия. Больше всего их было на Крещатике и прилегающих к нему улицах.

Мужчины сюда приходили обязательно во фраках или смокингах, дамы блистали в дорогих нарядах, мехах и бриллиантах. Тех, кто в поддевках, то есть купцов, здесь и на порог не пускали. На этот счет в элитных ресторанах было строго. Однажды самого Калашникова, миллионера, владельца знаменитых в Петербурге складов, вышколенный бородатый швейцар вытолкал из подъезда чуть ли не взашей. Был Калашников «не при форме» – в картузе и высоких сапогах, пусть даже и хромовых, а в таком виде появляться было не положено.

Имелись рестораны и купеческие, куда пускали в поддевках и сапогах. Бородатые владельцы лавок и складов любили русскую кухню и оркестры балалаечников в шелковых косоворотках. Обращаясь к официанту, кричали: «Человек!» – требуя, чтобы он «стелился перед ними ласточкой», за это совали в качестве чаевых крупную купюру – «красненькую» или «синенькую»…

Чтобы представить, как могла «гульнуть от души» зажиточная, любившая вкусно и весьма плотно поесть публика, в основном купеческая, прибегну к воспоминаниям Владимира Алексеевича Гиляровского. Надеюсь, пространная выдержка из его сочинения нисколечко не утомит любознательных читателей.

Вот как описывает В.А. Гиляровский обед известного московского купца Чижова, человека богатырского сложения: «Меню его было таково: порция холодной белуги или осетрины с хреном, икра, две тарелки ракового супа, селянки рыбной или селянки из почек с двумя расстегаями, потом жареный поросенок, телятина или рыбное, смотря по сезону. Летом обязательно ботвинья с осетриной, белорыбицей и сухим тертым балыком. Затем на третье блюдо неизменно сковорода гурьевской каши. Иногда позволял себе отступления, заменяя расстегай байдаковским пирогом – огромной кулебякой с начинкой в двенадцать ярусов, где было все, начиная от слоя налимьей печенки и кончая слоем костяных мозгов в черном масле. При этом пил красное и белое вино, а подремав с полчаса, уезжал

домой спать, чтобы с восьми вечера быть в Купеческом клубе, есть целый вечер по особому заказу уже с большой компанией и выпить шампанского».

Это и многое другое можно было заказать практически во всех трактирах-ресторанах, выдержанных в традиционном «русском вкусе».

Хозяева подобных заведений дорожили репутацией, всегда присутствовали в зале, идеально выглядели и старались угодить, лично контролируя качество обслуживания, общались с постоянными клиентами и получали за такт, уважение и отменное обслуживание хорошую прибыль. Нанятые ими официанты жили исключительно за счет официально дозволенных чаевых, поскольку зарплату не получали. Для защиты своих интересов (нередко официантов беспричинно увольняли с работы, они вынуждены были терпеть унижения от некоторых богатых хамовитых клиентов) служащие трактиров и ресторанов объединились в своеобразный профсоюз – Киевскую гильдию. С той поры официанты могли отстаивать свои права даже в судебном порядке. Это помогло многим из них крепко стать на ноги, сохранить специальность, а во времена НЭПа даже преуспеть и сколотить неплохой капитал.

Старинные элитные рестораны носили в известной степени характер клубов. В них не только завтракали или обедали, но и играли в карты, читали газеты, писали. Здесь можно было оставить записку другу в полной уверенности, что ее передадут по назначению.

Когда же кончился «патриархальный» период и рестораны огласились пьяными воплями, разнузданной кабацкой музыкой, визгом женщин, звоном разбиваемых зеркал? Когда они превратились в места кутежей и оргий? Эта часть истории развития ресторанного бизнеса тесно связана с появлением в России капитализма. Фабриканты, заводчики, богатые купцы искали развлечений соответственно своим запросам, вкусам и материальным возможностям. А возможности у них были большие. И не столько от «скуки безысходной», сколько от дремучего невежества, самодурства, твердой уверенности в своей безнаказанности насаждали посетители отдельных кабинетов так называемые ресторанные нравы, ярко описанные Салтыковым-Щедриным и Горьким, все эти дикие «развлечения» вроде пресловутого битья посуды, зеркал, мазанья официантов горчицей… Все оплачивалось огромными деньгами, тут же швырявшимися на стол.

Перед Октябрьской революцией в Киеве насчитывался 121 ресторан. Это довольно внушительная цифра, если принять во

внимание тот факт, что в городе было менее одного миллиона человек населения, а пользоваться ресторанами имели возможность немногие. Однако, по свидетельствам историков, сто лет назад киевляне регулярно посещали рестораны: одни, торопясь по делам, забегали перекусить на скорую руку, другие сидели подолгу, степенно ели, пили, третьи же бурно развлекались до утра.

Знаменитые ресторанные «загулы» были характерны для второразрядных заведений. В то же время элитные рестораны славились безупречной репутацией. Их посещала в основном респектабельная, солидная публика – сахарозаводчики, банкиры, фабриканты, генералы, высшие чиновники… Они приходили отдохнуть с женами, а это значило, что моветон чреват потерей постоянных клиентов.

Кстати, в некоторых ресторанах второго разряда бывать дамам без мужчин считалось неприлично. Здесь нравы иные, в завсегдатаях состояла публика менее изысканная – безалаберные наследники крупных состояний, ростовщики, обладатели шальных денег, шулеры, кутилы…

Вечерние посетители пили-закусывали с размахом. Согласно сохранившемуся счету, одна из пирушек «на троих» протекала по следующему сценарию. Вначале холодная «смирновка» со льдом, окорочка, тыква с огурцами, английская водочка под жареные мозги, дымящиеся на черном хлебе, серебряный жбан черной паюсной икры, блюдо семги, украшенной ломтиками лимона, серая зернистая икра с крошечным расстегаем из налимьих печенок, «зубровка» под салат оливье… Затем по стопке эля «для осадки», и компания переходила, собственно, к еде: солянка, поросенок с хреном и пр.

Когда публика достигала нужной кондиции, начинался заказ «блюд», которых нет в меню. Например, «Венера». Группа официантов во главе с метрдотелем вносила в зал огромный поднос (имеющийся специально для подобных заказов), на котором среди цветов и буфетного гарнира возлежала обнаженная девица. Появление «блюда» вызывало бурный восторг, в потолок одна за другой летели пробки от шампанского. В честь девицы провозглашались тосты, ее поливали шампанским и посыпали купюрами различного достоинства. Затем народ закусывал поданным на подносе гарниром… Вакханалия длилась часа два. Стоило все это бешеных денег. Как хвастался подвыпивший метрдотель одного из ресторанов репортеру «Киевской копейки», расходы кутил распределялись так: барышне – 500 рублей плюс «сколько побросают», метрдотелю – 500, официантам – по 100, хозяину заведения – 3 тысячи. Итого: около

4,5 тысячи! (До сих пор не выяснено, кто сорил такими деньгами и насколько приврал метрдотель с масштабами суммы.)

Зачастую посетители угощались и такими «блюдами», как «Танцы одалисок на столах среди посуды», «Купание русалок в шампанском», «Живые римские качели» (раскачивание на руках обнаженной барышни, которую клиенты нередко роняли) и т. д.

Случалось и такое варварское развлечение. На середину зала выкатывали рояль, поднимали крышку, подвыпившие посетители выливали в него несколько дюжин бутылок шампанского и «запускали» туда соленых килек и сардинки. Эта не совсем понятная забава называлась «аквариум». Причем тапер обязан был подбадривать «аквариумистов» веселой мелодией, исполняемой на том же ни в чем не повинном рояле.

Были и другие рестораны – заведения нового типа «под западноевропейские кафешантаны», шумные, сверкающие, с большими и «пестрыми» эстрадными программами: негров-чечеточников в красных фраках и белых цилиндрах сменяла цыганская певица, после нее выходил дуэт «лапотников», а потом какая-нибудь «русская этуаль» («звезда») мадемуазель Лулу или Жозефина исполняла песенку с рефреном «Ту-ту машина у магазина…».

То ли кутилы все же превысили какие-то лимиты, то ли просто ушло время «неаполитанских оркестров», негров в белых цилиндрах и дуэтов «лапотников» – непременных атрибутов киевских кафешантанов, но с приходом военного комунизма киевлянам пришлось забыть о ресторанных развлечениях на многие десятки лет. Революция закрыла рестораны, признав их ненужными, вредными для дела пролетариата. Это буржуазия прожигала в них жизнь, ела всякие там котлеты «марешаль», соус «а-ля пикан», а рабочему человеку такие заведения были ни к чему. Рестораны как пережиток прошлого нещадно уничтожали.

Лишь в годы НЭПа, да и то ненадолго, произошло возрождение ресторанной жизни. Только публика была уже не той – ни титулованных особ, ни модных снобов, ни крупных купцов и банкиров. Тон в ресторанах теперь задавали новоиспеченные мануфактурные, кожевенные и шоколадные «короли» – нэпманы в кургузых (по моде 1920-х годов) брючках и остроносых ботинках «джимми». Рядом с ними сидели томные, с синевой под глазами дамочки в узких юбках. Нередко заглядывали в ресторан и уголовники. Они презирали «фраеров», хотя и пили с ними на брудершафт, а потом, выследив кого-нибудь, грабили в темном подъезде.

Но вскоре кончился НЭП, а вместе с ним и пьяный, угарный разгул, царивший в увеселительных заведениях. Наряду с

частными магазинами и лавочками закрылись и рестораны. Теперь уже надолго выветрился из их помещений запах изысканных кушаний, табака, духов. В суровую мужественную пору первых пятилеток индустриализации страны уклад жизни советских людей был таков, что о ресторанах думать было некогда. Пришло в упадок поварское искусство. Лишь отдельные старые мастера поддерживали традиции прежней кулинарной школы. Существовавшие в этот период немногочисленные государственные рестораны представляли собой столовые высшего разряда: банальные заведения общепита со стандартными «рыбными днями» по вторникам и четвергам, классическими алюминиевыми ложками и гранеными стаканами, что, по замыслу строителей коммунизма, должно было полностью ликвидировать домашний кухонный быт. Так в некоторых проектах жилых квартир «нового типа» уже не предусматривалось наличие элементарной кухни, отсутствовали плиты. Люди должны были ходить на «фабрику еды» и выбирать себе из неказистого ассортимента «первое», «второе» и «третье».

Так продолжалось примерно до середины 1950-х годов, когда рестораны постепенно начали менять свое «лицо» и занимать немаловажное место в жизни людей. «Для всех, а не для избранных!» – под таким лозунгом возрождалась эта форма предприятий общественного питания. Столица советской Украины начала обзаводиться ресторанами-близнецами с неизменными отбивными и салатами оливье в меню.

Тем не менее отношение к ресторанам как к «злачным местам» прочно засело в головах руководителей всех уровней власти и спускалось чуть ли не директивно сверху вниз. Основное внимание уделялось развитию в первую очередь рабочих, школьных и студенческих столовых. И все же к началу перестройки (1985–1991) в Киеве насчитывалось более 70 ресторанов, мало-мальски отвечающих морально-этическим, художественным и техническим параметрам эпохи.

С появлением новой эры коммерческой жизни государства (приватизация, аренда и т. д.) предпринимательство в ресторанной сфере совершило невиданный скачок вперед, и сегодня мы имеем в Киеве свыше 700 ресторанов, представляющих кухни более чем 30 стран мира.

Современные храмы еды предлагают не только изысканные блюда, но и предоставляют услуги, создают удобства, доброжелательную атмосферу, обстановку романтической встречи, тут можно найти любовь, приключения – здесь осуществляются мечты. В таком заведении можно спокойно отдохнуть, снять стресс, отвлечься от суеты. Ресторан стал частью

ритуала общения с нужными людьми, неотъемлемой составной имиджа делового человека. Это возможность назначить встречу на нейтральной территории, произвести на приглашенного благоприятное впечатление.

Именно в ресторане мы можем заказать блюда, которые не под силу приготовить дома, отведать вино, которое не продается в супермаркете, насладиться праздничной атмосферой и приятным обществом. Ресторан – это своего рода убежище от жизненных неурядиц, возможность, пусть ненадолго, но уйти от действительности.

Заведения высокой культуры питания уже давно стоят в одном ряду с такими местами отдыха, как театры и кинотеатры. Без ресторанных сцен не обходится сегодня почти ни один кинофильм, ни одна книга. И это лишний раз доказывает, насколько неотъемлемой частью современной жизни стали рестораны.

МОИМИ ПИРОЖКАМИ ТОРГУЮТ МОИ ПИРОЖКИ

Опустим киевское детство (1935–1941), годы войны, эвакуацию в Курган, возвращение в Киев (1944–1953) и начнем сразу с сознательной взрослой студенческой жизни.

Первое поступление в строительный вуз (отец был инженером-строителем и хотел, чтобы я пошел по его стопам) окончилось неудачей. Но в это время (1954 г.) в Харьковском институте советской торговли неожиданно открылся совершенно новый и к тому же единственный на Украине факультет, готовящий инженеров-технологов общественного питания. Набор был объявлен, когда экзамены в другие вузы страны завершились, – в те времена они проводились одновременно, и подавать документы сразу в несколько учебных заведений было нельзя. А тут такая неожиданная возможность – экзамены начинались с середины августа. Я рванул в Харьков. Сдал шесть экзаменов, набрав 29 баллов, и стал студентом. На факультете учились 50 человек, из которых почти все были харьковчанами.

Жил в общежитии, в комнате на шесть человек. Получал 22 рубля стипендии. Подрабатывали мы с товарищами на овощной базе. Разгрузив пульман с картофелем (250 тонн на пять человек), получали по 25 рублей. За ночь управлялись. Но я очень быстро понял: дополнительный заработок нужен, но все-таки лучше найти работу, связанную с будущей специальностью. Поэтому устроился учеником повара в ресторан «Южный», который находился на улице К. Маркса.

Работать я мог только ночью, и руководство это устраивало. В ночную смену в ресторане пекли пирожки с различными начинками, чтобы рано утром развезти их лоточникам, торгующим на рынке и на вокзале. После короткого периода обучения я стал работать ночью самостоятельно. Мне оставляли муку, мясо, лук, растительное масло, а я должен был замесить тесто, приготовить фарш, слепить и пожарить пирожки. Рецептура была настолько произвольная, что после смены я мог увезти с собой в общежитие на всю нашу комнату 50–70 пирожков. И это без всякого ущерба для предприятия, нарушения веса и технологии. Как меня каждое утро ждали в общаге – рассказывать не надо!

Так прошел год.

Забегая вперед, скажу, что один из «хитов» кухни ресторана «Будьмо!» – именно эти пирожки с различными начинками. О них

же упоминает знаменитый поющий ректор, а ныне еще и талантливый ресторатор Михаил Поплавский в интервью газете «Факты» от 12 сентября 2007 года. Он поведал, что в его новом ресторане «Пан Чебурек» есть пирожки «как у знаменитого киевского ресторатора Исая Фельдмана – мы у него учимся».

Моя поварская карьера продолжалась на протяжении всех пяти лет учебы, вплоть до защиты диплома. Были конечно же перерывы, разные смены, но работал я в одном и том же ресторане, иногда даже подменял шеф-повара. Эта практика много дала мне для дальнейшего профессионально-карьерного роста.

А ВОТ И ЭТИ «ЗНАМЕНИТЫЕ» (ХА-ХА!) ПИРОЖКИ!

Пирожки с мясом, капустой, горохом, зеленым луком и яйцом

Эти пирожки делают из дрожжевого теста, приготовленного безопарным способом. Дрожжи протирают с сахаром и частью молока, оставляют в теплом месте для брожения. В емкость вливают оставшееся молоко, добавляют соль, яйцо, муку, процеженные дрожжи с сахаром и все перемешивают, затем вводят растопленное сливочное масло и вымешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и не будет легко отделяться от стенок емкости. Тесто ставят в теплое место, накрыв полотенцем. Пока тесто бродит, готовят начинку (фарш). Подошедшее тесто закатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут, разделяют на кусочки по 35–50 г, которые формируют в шарики, а затем в лепешки толщиной 4–5 мм. На середину лепешки кладут фарш, соединяют края теста, придают изделию овальную, круглую, квадратную, треугольную форму (по желанию) и укладывают на смазанный маслом лист. После 20–30 минут расстойки пирожки обжаривают во фритюре.

Тесто на 100 пирожков

Мука – 1,5 кг, молоко – 0,5 л, сахар – 100 г, масло сливочное – 130 г, яйца куриные – 5 шт., соль – 30 г, дрожжи сухие – 20 г, масло растительное для обжарки – 1 л.

Фарш для пирожков

Мясной с луком

Мясо промывают, разрезают на кусочки, обжаривают на растительном масле, перекладывают в глубокую посуду, добавляют воду (20 % от массы мяса) и тушат до готовности. Тушеное мясо и предварительно спассерованный лук измельчают в мясорубке, добавляют соль, черный молотый перец и перемешивают.

На 100 пирожков

Говядина – 630 г, свинина – 850 г, лук репчатый – 250 г, масло растительное – 50 г.

С капустой

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в посуду, добавляют воду (20 % от массы сырой капусты), уксус, растительное масло и тушат до полуготовности. Затем добавляют пассерованные морковь и лук, черный молотый перец и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения капусту заправляют сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

На 100 пирожков

Капуста свежая – 1,2 кг, лук репчатый – 250 г, морковь – 100 г, уксус – 30 г, сахар – 50 г, масло растительное – 70 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

С горохом

Горох лущеный промывают, заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг гороха) и варят при слабом кипении до готовности. Затем добавляют соль, пассерованный на сливочном масле лук и пропускают через мясорубку. В готовый фарш добавляют измельченную зелень кинзы.

На 100 пирожков

Горох лущеный – 350 г, лук репчатый – 300 г, масло сливочное – 50 г, зелень кинзы – 50 г, соль по вкусу.

С зеленым луком и яйцом

Зеленый лук очищают, промывают, обсушивают, мелко режут, соединяют с рублеными яйцами, пассерованным репчатым луком, солью, измельченной зеленью и перемешивают.

На 100 пирожков

Лук зеленый – 500 г, лук репчатый – 700 г, масло растительное – 300 г, яйца куриные – 10 шт., зелень – 250 г.

«КАТИТСЯ, КАТИТСЯ ГОЛУБОЙ ВАГОН»

Время летело быстро, и вот я – дипломированный специалист – получаю назначение в Киев директором вагона-ресторана. Что такое вагон-ресторан того времени, нынешнее поколение рестораторов представить просто не может. Это был зал на 12 столиков (48 мест), в углу вагона – буфетная стойка, за которой находился сам директор (он же буфетчик), кухня площадью 4 квадратных метра, под полом вагона в специальных ящиках на льдосоляной смеси хранились продукты, в том числе и скоропортящиеся. О холодильниках тогда никто и не мечтал. Конечно, о том, чтобы запастись продуктами на весь рейс, не могло быть и речи – действовала система подснабжения из стационарных ресторанов по пути следования.

Кухонная плита топилась углем, запасы которого хранились в специальном ящике тамбура. В том же тамбуре работник кухни чистил овощи для первых блюд и гарниров (картошку, свеклу, морковь, лук и т. д.) – «картина маслом»!

Тогда в Советском Союзе, и особенно на Украине, становились очень популярными полуфабрикаты!

В то время начальником главка «Укрдорресторан» был очень авторитетный человек, новатор Николай Николаевич Войтенко, до этого руководивший всем общепитом Украины (до переподчинения областным управлениям торговли). Он и являлся инициатором внедрения понятия «полуфабрикат» в жизнь вагонов-ресторанов. Что из этого вышло – новая история. А описание моей первой поездки в роли директора вагона-ресторана по маршруту Киев – Хабаровск – это отдельный опус. Двадцать дней (туда и обратно), проведенных в антисанитарных условиях, персонал ресторана в количестве восьми человек, каждый из которых пошел на эту работу только ради возможности украсть, – еще одна хорошая школа жизни.

«ПЕРВЫМ ДЕЛОМ, ПЕРВЫМ ДЕЛОМ – САМОЛЕТЫ!» НУ А КУШАТЬ? НУ А КУШАТЬ УЖ ПОТОМ!

Специалистов с высшим специальным образованием на Украине можно было пересчитать по пальцам, и руководство «Укрдорресторана» (а именно этой организации подчинялись вагоны-рестораны, а также все остальные рестораны на железных дорогах, автобусных трассах и в аэропортах республики) посчитало более целесообразным использовать молодого специалиста в роли инженера-технолога в самом главке.

Забегая вперед, отмечу (как интересна и непредсказуема жизнь), что ровно через двадцать пять лет я переступил порог этого учреждения уже в роли управляющего «Укрдорресторана», то есть сменил того самого Войтенко, который немало труда вложил в меня как специалиста и руководителя.

Вернемся на двадцать пять лет назад.

Не успел я приступить к работе, как получил от Войтенко первое задание. Только-только начал свою работу Бориспольский аэропорт, который и аэропортом назвать можно было только условно. Всего один-два рейса в день, новые самолеты, новые бетонные полосы. И все службы и пассажиры теснились в обустроенных на быструю руку финских домиках. Передо мной была поставлена задача придумать, как в этих условиях организовать элементарное питание для пассажиров и летного состава. Выйти из положения решили, поставив прямо возле финских домиков (благо количество согласований тогда практически равнялось нулю) два киоска, подвели к ним электроэнергию, и «ресторан» заработал. В одном киоске повар в домашнем холодильнике хранил запас мяса (о его разделке и обработке лучше умолчать, ведь о полуфабрикатах тогда никто даже не слышал), на обычной мясорубке готовил фарш, из которого делал котлеты, а во втором киоске на двух плитах эти котлеты жарили, после чего продавали пассажирам и летчикам. Вместо посуды использовали тарелочки из фольги. Чай наливать было не во что, ибо бумажные стаканчики того времени можно было использовать только для воды, а для горячих напитков они не годились – сразу протекали.

Ну, в общем, дальше можно не продолжать.

Таким образом выход на некоторое время был найден. А вскоре заработал и стационарный ресторан на 100 мест, очень быстро спроектированный и построенный из тех же финских

домиков. Это заведение благополучно проработало до открытия стационарного ресторана в новом терминале!

Котлеты «дорожные»

(самые простые и популярные)

Пропущенную через мясорубку говядину соединить с замоченным в воде черствым пшеничным хлебом, предварительно срезав корки (хлеб не отжимать), солью, перцем и после вымешивания снова пропустить через мясорубку, а затем тщательно выбить. Сформированные изделия запанировать в сухарях и жарить на сковороде с разогретым (примерно до 150°) жиром до образования поджаристой корочки, после чего перевернуть и так же поджарить другую сторону. Довести котлеты до готовности в духовом шкафу.

Подается на куске украинского хлеба (50 г).

Для 1 порции вам понадобится

Говядина – 75 г, хлеб пшеничный – 20 г, вода – 20 г, сухари молотые – 10 г, сало свиное (для жарки) – 5 г, соль, перец черный молотый.

КОНЬЯК С МИКОЯНОМ

Побывав в Америке, Войтенко загорелся идеей использования полуфабрикатов для общественного питания. В частности, стал внедрять их в вагонах-ресторанах. Задача заключалась в том, чтобы все сырье, которое можно было обработать заранее, поставлялось в рестораны поездов в виде полуфабрикатов или готовой продукции.

Так родилась идея борщевых и суповых заправок. Представьте себе украинский борщ с его 32 компонентами по рецептуре того времени: картофель, капуста, свекла, морковь, белые коренья, жир, томат, специи и т. д. Во-первых, сырье занимало много места в вагоне-ресторане, во-вторых, грязь и антисанитария, в-третьих, отвлечение человеческих ресурсов (а работа повара в пути и так очень напряженная), в-четвертых, нужда в специалистах, умеющих сварить борщ, в-пятых, широчайшие возможности для недовложений (попросту – воровства), в-шестых, седьмых… десятых и т. д. В результате удалось разработать рецептуру и создать технологию, по которой задача повара вагона-ресторана заключалась лишь в том, чтобы отварить до полуготовности картофель и капусту (их перевести в п/ф не удалось), добавить из консервной банки 75 г борщевой заправки (на 1 порцию), проварить все 5–7 минут – и борщ готов. При отпуске в тарелку положить только сметану и зелень.

Все разработки велись в лабораторных условиях и на кухне ресторана станции Киев. Главными участниками были три человека: автор самой идеи, вдохновитель и организатор – Н.Н. Войтенко, а исполнители и научные разработчики – ваш покорный слуга и 75-летний известный повар, работавший в «Укрдорресторане» в должности инструктора-кулинара Э.Я. Скалацкий. Сплав молодости и опыта.

После всех дегустаций, одобренных Министерством торговли УССР и ЦК КПУ, было принято решение о переводе эксперимента на промышленные рельсы. Для этого базовым предприятием был выбран Черкасский консервный комбинат (специальное совместное постановление ЦК КПУ и Совета министров УССР), и моя трудовая биография на полгода переместилась в славный город Черкассы. Работать пришлось с главным экспериментатором Эдуардом Яковлевичем Скалацким. Второй раз в жизни мне повезло с учителем-поваром.

В течение шести месяцев мы экспериментировали, изучали, писали. Варки (звучит как плавки) шли каждый день. 250-литровые котлы, деревянное весло для помешивания и… работа,

работа, работа.

Процессы консервирования, упаковки, рекламы, создание технических условий, утверждение в органах саннадзора – и вот через полгода первая партия для промышленного внедрения в вагонах-ресторанах и на предприятиях общественного питания Крайнего Севера готова. Кроме борщевой заправки, также разработали суповую, заправку для рассольника и четыре вида концентрированных соусов.

После этого пришло распоряжение, в котором говорилось, что я и Скалацкий должны взять необходимое количество материала (консервный завод всю партию выпустил в стеклянных банках емкостью 1 л) и приехать в Москву. На базе столовой ЦК КПСС и Министерства торговли СССР нам следовало организовать для ответственных работников дегустацию блюд из заправок в целях дальнейшего внедрения в практику работы Всесоюзного общепита.

И вот мы со Скалацким в Москве. Нас встречают и поселяют в гостинице «Москва» (та, что не так давно снесена и на ее месте строится новая). Ящики с банками заправок, которые мы привезли в купе директора вагона-ресторана, доставлены в столовую ЦК КПСС. Получив короткую вводную от представителя Министерства торговли СССР (количество участников дегустации, время ее начала) и обсудив наши требования по поводу организации рабочего места, наличия необходимого инвентаря, посуды, оборудования, дополнительного сырья и продуктов (картофель, капуста, сметана, зелень), спецодежды, мы приступили к работе.

Дегустация прошла на ура.

Скалацкий готовил, я помогал. Затем уже в зале я отвечал на вопросы присутствующих, из которых узнал только Микояна. Анастас Иванович был известен как член Политбюро (Президиума) ЦК КПСС, он был первым заместителем председателя Совета Министров СССР и одновременно министром торговли СССР.

Как оказалось потом, дегустацию открывал заведующий отделом торгово-финансовых органов ЦК КПСС Яков Иванович Капков (до этого он работал на Украине заместителем министра торговли УССР по кадрам).

Микоян подвел итоги:

– Архиважное дело продемонстрировали товарищи из Украины, и нужно немедленно внедрять это в жизнь повсеместно. А можно авторов и исполнителей в зал?

Я в зале, ко мне присоединяется Скалацкий. Микоян подходит к Скалацкому, протягивает ему фужер и наполняет его

до краев коньяком. Какой-то человек протягивает уже полный фужер мне.

Звучат слова благодарности от Микояна. Я запомнил только, что товарищу Войтенко будет поручено нас премировать.

Скалацкий коньяк выпил (старая школа) и достойно, степенно поблагодарил. Я же от напитка отказался, объяснив, что до сих пор пью только томатный сок, и не знаю, откуда взялась такая смелость (наглость?), но сказал:

– Анастас Иванович, а можно просьбу?

– Давай!

– Я первый раз в жизни в Москве. Командировка заканчивается сегодня. Нельзя ли вместо премии остаться еще на несколько дней в столице?

Микоян обернулся к сопровождавшему его человеку (наверное, помощнику):

– Позвоните Войтенко и скажите ему, чтобы продлил командировку на десять дней, а также позаботьтесь о проживании и суточных.

И уже обращаясь ко мне:

– Еще раз благодарю и желаю хорошо провести время в Москве.

Кроме продленной командировки, я все же получил от Войтенко премию в размере месячного оклада – 80 рублей. В то время для меня это были приличные деньги.

«С ВАМИ БУДЕТ ГОВОРИТЬ ТОВАРИЩ КОВПАК»

Эта история приключилась со мной, когда я работал в должности и. о. директора ресторана на Киевском вокзале. В моем подчинении были и вагоны-рестораны. В одном из них работал директором Павел Строганов, Герой Советского Союза, воевавший в соединении легендарного Ковпака. По слухам, которые до меня дошли, какое-то время он партизанил в Чехословакии, возглавляя отряд «Смерть фашизму», и немало этих самых фашистов благодаря ему полегло на славянской земле. Почет ему и уважение вовек!

Одна беда сопровождала Павла Строганова, видимо еще с партизанского прошлого, – любил выпить. Много было с ним различных курьезов, но один вышел далеко за рамки обычной истории.

Как-то, будучи подшофе, он на ходу поезда вышвырнул из вагона-ресторана двух проверяющих работников ОБХСС (отдел борьбы с хищениями социалистической собственности) линейного отдела милиции при станции Киев-Пассажирский – поступок явно партизанский. Оба работника ОБХСС оказались в больнице с травмами различной степени тяжести.

Начальник милиции потребовал немедленного увольнения хулигана, а на мои робкие попытки возразить ввиду особых заслуг провинившегося просто пригрозил: мол, иначе худо будет и ресторану, и мне.

Я тогда подумал: почему же начальник милиции сам не возбуждает уголовное дело и не отдает виноватого под суд, чтобы я мог действовать в соответствии с приговором суда? Ответ напрашивался сам собой: боится и хочет наказать Строганова моими руками. Но сделать я ничего не мог и решил действовать в соответствии с представлением, полученным от милиции: уволить, а «вышестоящие товарищи пусть меня подправят». Подписал приказ, вызвал Строганова и дал ему бумагу для ознакомления и подписи. Тот, на удивление трезвый, молча прочитал приказ, молча разорвал его, бросил клочки на пол и вышел. Дальше события разворачивались так.

Телефонный звонок. Поднимаю трубку:

– Це директор ресторану?

– Да!

– З вами буде розмовляти товариш Ковпак!

(Сидор Артемьевич Ковпак – в годы войны легендарный

командир партизанского соединения, дважды Герой Советского Союза – в то время работал первым заместителем председателя Президиума Верховного Совета УССР.)

Честно говоря, я подумал, что кто-то меня разыгрывает, и повесил трубку.

Звонок повторился.

– Чого це ви кладете слухавку?

– Будьте добры, назовите номер телефона, и я вас сейчас наберу.

Называет. Я звоню, тот же голос отвечает:

– Приймальна товариша Ковпака.

– Директор ресторана станции Киев-Пассажирский Фельдман Исай Абрамович, – представляюсь я. – Мне звонили и сказали, что Сидор Артемьевич хочет поговорить.

– Не кладіть більше слухавку, зараз з'єднаю.

Слышу в трубке голос:

– Товарищу директор, у вас там працює Павло Строганов…

– Работал, но уволен по статье…

– Негайно поновіть на роботі.

– Сидор Артемьевич, он когда-нибудь пропьет вагон-ресторан со всем содержимым…

– Коли він проп'є ваш вагон-ресторан, то це коштуватиме значно менше, ніж ті сорок шість ешелонів, що він знищив. Негайно поновіть!

Короткие гудки – все ясно!

Доложил по всем инстанциям, в том числе и начальнику главка Войтенко, и попросил, чтобы кто-нибудь объяснил ситуацию начальнику милиции. Что и как было дальше, я так и не узнал,

ибо ситуация развернулась непредсказуемо. Через две недели Строганов погиб, попав под поезд (как говорили тогда, будучи сильно выпившим).

ЮБИЛЕЙНЫЕ РЕСТОРАНЫ

Мне внезапно предложили возглавить в горобщепите (Управление общественного питания Киевского горисполкома) орготдел, который параллельно занимался и обслуживанием спецмероприятий (намечал, помогал организовывать, контролировал). Руководитель такого отдела был видной фигурой в системе.

Нужно сказать, что и здесь мне повезло с учителем. Начальником горобщепита в то время был Алексей Трофимович Казимирчик, переведенный в Киев с должности управляющего Ялтинским трестом ресторанов и кафе. Человек творческий, имеющий богатый жизненный и управленческий опыт, он увидел во мне работника, который способен не только продвигать в жизнь его идеи, но и предлагать свои.

В это время вся страна готовилась к празднованию 50-летия Великой Октябрьской социалистической революции (7 ноября 1967 года), а Украина, кроме этого, еще и отмечала 50-летний юбилей провозглашения Украинской Советской Социалистической Республики (25 декабря 1967 года). Заводы, фабрики, колхозы, любые организации и ведомства брали на себя повышенные социалистические обязательства (веяние времени) и готовили каждый по своему профилю трудовые подарки Родине.

Не миновал этого всплеска активности и общепит.

Казимирчик собрал руководящий состав управления, трестов столовых, Киевресторантреста и поставил общую задачу: думать и предлагать идеи.

Идей было много. Я же предложил построить на въездах в Киев несколько ресторанов в национальном стиле. Казимирчик мгновенно этим заинтересовался: «Можно не только на въездах, айв знаковых для Киева местах».

Так родилась идея создания ресторанов «Наталка» (первоначальное название «Полтава»), «Вітряк», «Верховина», «Млин», «Мисливець».

Предложение было вынесено на рассмотрение городских властей, затем одобрено в ЦК КПУ, и машина закрутилась.

Время было иное, и как эта машина крутилась, видно из следующего. За две недели были определены места под строительство указанных ресторанов. Еще два месяца ушло на изыскательские работы. На все согласования, переделки, окончательное утверждение понадобился еще месяц. И работы по строительству закипели сразу на пяти площадках.

Исходя из концепции ресторанов и эскизов интерьеров,

разрабатывались меню, форменная одежда для персонала, подбиралось оборудование и инвентарь, заказывались фирменная посуда и мебель, печаталась вся полиграфическая продукция (папки-меню, рекламные проспекты, визитные карточки и т. д.).

И в результате к юбилейной дате новые рестораны приняли первых посетителей.

А вот и рецепты кулинарных «хитов» этих ресторанов того времени.

Борщ «селянский»

Из мяса и костей варят бульон и процеживают его. Отдельно варят фасоль. Свеклу очищают, моют, шинкуют соломкой и тушат, добавляя томат, жир и квас-сырец. Морковь, петрушку и лук слегка пассеруют на сливочном масле, смешивают со свеклой и тушат.

В процеженный кипящий бульон опускают нарезанный кубиками картофель, капусту, доводят до кипения, кладут тушеную с кореньями свеклу, фасоль с ее отваром и оставляют на огне еще на 15–20 минут. После этого закладывают нарезанные яблоки, лавровый лист, перец душистый, соль, заправляют толченым салом и варят до готовности.

Подавая на стол, в борщ кладут мясо, сметану и посыпают зеленью петрушки.

К борщу рекомендуется подавать пампушки с чесноком.

Нам понадобится

Баранина – 500 г, свекла – 300 г, капуста свежая – 400 г, картофель – 400 г, фасоль – 100 г, кислое яблоко – 50 г, морковь – 70 г, лук репчатый – 100 г, петрушка (корень) – 50 г, петрушка (зелень) измельченная – 5 г, масло сливочное – 25 г, сало – 50 г, томат – 25 г, квас-сырец – 250 г, сметана – 100 г, лист лавровый, перец черный горошком, соль.

Вареники гуцульские

В муку добавляют нагретую до 30–35° воду, вводят яйца, соль и вымешивают тесто до тех пор, пока оно не будет легко отставать от рук. После замешивания тесто раскатывают толщиной 1–1,5 мм.

На половину теста укладывают рядами шарики фарша из фасоли и грибов по 11–12 г на расстоянии 7 см, накрывают их

второй половиной теста. Вареники вырезают специальной формой.

Подготовленные вареники опускают в кипящую подсоленную воду, аккуратно помешивают и варят при слабом кипении 7–10 минут. Готовые вареники вынимают шумовкой в дуршлаг, дают стечь воде, укладывают в кастрюлю, заправляют сметаной, горячими шкварками или жаренным на смальце луком.

Для начинки: предварительно замоченную фасоль варят до готовности, сливают отвар, заправляют солью и черным молотым перцем. Сушеные грибы промывают и отваривают до готовности, затем мелко рубят, обжаривают на растительном масле с мелко нарезанным луком и смешивают с протертой фасолью.

На 1 порцию

Мука – 65 г, яйцо – 1–4 шт., вода – 20 г.

Для начинки

Фасоль сухая – 30 г, грибы сушеные – 10 г, масло растительное – 10 г, лук репчатый – 15 г, соль – 2 г, перец черный молотый – 0,05 г.

Для заправки

Сметана – 20 г, масло сливочное – 5 г, или сало-шпик – 35 г, или смалец – 10 г, лук репчатый – 12 г.

Вареники с капустой и грибами

Отжатую от сока квашеную или нашинкованную свежую капусту тушат до готовности, добавляя масло и бульон, в котором варились грибы. Лук мелко рубят, слегка поджаривают на масле, добавляют мелко нарубленные вареные грибы, поджаривают все вместе еще 4–5 минут. Тушеную капусту смешивают с поджаренными луком и грибами, добавляют соль, молотый перец и тщательно перемешивают, после чего делают вареники.

Перед подачей к столу вареники поливают растопленным сливочным маслом.

Для начинки

Капуста квашеная – 900 г или свежая – 1 кг, грибы сушеные – 100 г, масло сливочное – 50 г, лук репчатый – 150 г, перец черный молотый, соль.

Вареники «по-ужгородски»

Из муки, яиц, сахара, дрожжей и воды замешивают дрожжевое тесто. После его раскатывают пластом прямоугольной формы

толщиной 1,5–2 мм и разрезают на квадратики размером 7 × 7 см.

Отдельно готовят фарш, для чего свежий творог протирают, заправляют яйцами, сахаром и солью. К сырной массе добавляют мелко накрошенный чернослив и хорошо перемешивают. Подготовленный фарш укладывают на середину квадратиков из теста. Два противоположных конца квадратиков соединяют, а края плотно залепливают, придавая варениками форму треугольника.

Вареники оставляют для расстойки, после чего варят в подсоленной воде.

Готовые вареники перекладывают в порционные горшочки, поливают сметаной, смешанной с сахаром, дробленными ядрами орехов, сливочным маслом и запекают в духовке.

Вареники подают в горшочках горячими.

На 1 порцию

Мука пшеничная высшего сорта – 60 г, яйцо – 1–5 шт., дрожжи – 2 г, сахар-песок – 2 г, вода – 25 г.

Для начинки

Творог свежий – 60 г, яйцо – $^1/_5$ шт., сахар-песок – 5 г, чернослив – 5 г, соль – 3 г, сметана – 25 г, масло сливочное – 5 г, орех грецкий (ядра) – 5 г.

Верещака

Свиную грудинку нарезают большими кубиками, обжаривают на сковороде в сильно разогретом свином сале до образования румяной корочки, перекладывают в кастрюлю, заливают свекольным квасом или уксусом с водой, добавляют душистый или черный перец, соль, рубленый лук, накрывают крышкой и тушат до полуготовности. После этого закладывают в кастрюлю тертый черствый хлеб и тушат до готовности.

Подавая к столу, верещаку посыпают зеленью петрушки.

На 1 порцию

Свиная грудинка – 500 г, черный хлеб – 100 г, сало топленое – 40 г, лук репчатый – 150 г, свекольный квас – 400 г, перец черный молотый или душистый горошком.

Галушки гречневые с салом

В гречневую муку добавляют яйца, соль, воду и замешивают некрутое тесто, которое раскатывают толщиной 0,5 см и нарезают

небольшими квадратиками.

Галушки варят в подсоленной воде. Репчатый лук пассеруют с нарезанным кубиками салом и смешивают с отварными отцеженными галушками.

Галушки отваривают перед самой подачей на стол.

На 2 стакана гречневой муки $^1/_2$ стакана воды, яйцо – 1 шт., соль – $^1/_2$ чайной ложки, лук репчатый – 2 шт., сало – 100 г.

Карп с начинкой из гречневой каши и грибов

Карпа чистят, промывают, через разрез в спинке вынимают кости и внутренности, следя за тем, чтобы вся мякоть осталась возле кожи.

Промытые и предварительно замоченные грибы варят до готовности, мелко шинкуют и обжаривают вместе с рубленым луком.

Из поджаренной гречневой крупы на грибном бульоне варят рассыпчатую кашу. К ней добавляют обжаренные с луком грибы, сырые яйца, перец молотый, соль. Все тщательно вымешивают и полученной массой фаршируют подготовленного карпа, солят, обкатывают в муке, обжаривают в разогретом масле до образования румяного цвета, ставят в духовку и доводят до готовности.

Подавая к столу, карпа нарезают порционными кусками и поливают разогретым сливочным маслом.

На 1 кг карпа

Гречневая крупа – 100 г, сушеные грибы – 50 г, сливочное масло – 100 г, яйца – 3 шт., лук репчатый – 150 г, мука пшеничная – 40 г, грибной бульон для каши – 350 г, соль, перец черный молотый.

Крученики тушеные с гречневой кашей и грибами

Грибы отваривают, мелко шинкуют и смешивают с половиной рубленого, слегка обжаренного лука. Из подсушенной гречневой крупы варят рассыпчатую кашу и смешивают ее с грибами, луком, рубленым отварным яйцом.

Очищенное от сухожилий мясо нарезают тонкими ломтиками, слегка отбивают, выкладывают на каждый кусочек подготовленную кашу, сворачивают трубочкой, обвязывают нитью, обжаривают в жире до приобретения румяного цвета, затем кладут в сотейник, добавляют лавровый лист и остальной

поджаренный лук, заливают грибным отваром и тушат до готовности, после чего снимают нить.

Как готовить подливу

Муку слегка обжаривают в сотейнике на масле, вливают сок, в котором тушились крученики, добавляют сметану, проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Готовые крученики подают с жареным картофелем и поливают готовой подливой.

На 1 кг говядины

Гречневая крупа – 60 г, грибы сушеные – 30 г, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 40 г, пшеничная мука – 25 г, сметана – 180 г, лук репчатый – 80 г, корень петрушки – 20 г, картофель – 1,5 кг, морковь – 20 г, лавровый лист – 0,5 г, масло растительное – 100 г.

Сало перченое

Свежее сало нарезают кусками по 1–2 кг. Каждый кусок натирают толченым чесноком с солью. Дно эмалированной кастрюли покрывают слоем соли толщиной 1 см.

Затем кладут слой сала и снова посыпают солью. В таком состоянии сало выдерживают до 20 дней. Потом сало вымачивают и варят на протяжении 2–3 часов. Отварное сало охлаждают, натирают красным молотым перцем, толченым чесноком и выдерживают до 3 часов.

На 1 кг перченого сала

Сало-шпик – 1 кг, соль – 150 г, чеснок – 15 г, перец красный молотый сладкий – 15 г.

Юшка грибная с галушками

Грибы промывают и варят до готовности, отвар отцеживают, а грибы мелко шинкуют.

Муку просеивают, добавляют воду, яйца, соль, замешивают пресное тесто, раскатывают его толщиной 1 см. Затем нарезают на полоски шириной 2 см и делают галушки.

Очищенный картофель режут кубиками, кладут в грибной бульон и варят 10–15 минут. В отвар закладывают нарезанные соломкой, слегка пассерованные на сливочном масле морковь, корни петрушки, пастернака, лук, а также подготовленные грибы, галушки, лавровый лист, перец, соль и варят все вместе до готовности.

Подавая к столу, юшку посыпают зеленью петрушки.

Грибы сушеные – 40 г, мука пшеничная – 150 г, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 40 г, картофель – 600 г, морковь – 50 г, корень петрушки – 30 г, корень пастернака – 30 г, лук репчатый – 70 г, лавровый лист, измельченная зелень петрушки, перец черный молотый, соль.

Юшка охотничья

Куриные потроха очищают, тщательно промывают и варят до готовности. Затем в эту же кастрюлю кладут промытое пшено, нарезанный большими кубиками картофель, слегка поджаренные на сливочном масле морковь, петрушку, лук и варят 10–15 минут. Добавляют черный перец горошком, лавровый лист, соль и доводят до готовности.

Разливая в тарелки, юшку посыпают измельченной зеленью петрушки и зеленым луком.

Потроха – 400 г, картофель – 70 г, морковь – 70 г, корень петрушки – 70 г, лук репчатый – 70 г, лук зеленый – 10 г, зелень петрушки – 5 г, пшено – 100 г, сало – 20 г, перец черный горошком, лавровый лист, соль.

«ЧАПУР-ХАПУР»

25 декабря 1967 года республика отмечала 50-летне провозглашения советской власти на Украине. На празднование съехались делегации из всех советских республик во главе с первыми секретарями ЦК компартий. Разъезжались они в самое разное время 26 и 27 декабря. К каждой делегации был прикреплен кто-то из членов Политбюро ЦК компартии Украины, и перед отлетом для гостей устраивались прощальные завтраки, обеды, ужины. К эстонской делегации был прикреплен секретарь ЦК Василий Иванович Дрозденко (куратор торговли и общепита). 25 декабря я получил указание организовать к 9 часам утра следующего дня завтрак для этой делегации, состоящей из восьми человек плюс Дрозденко, в «Наталке» – только открывшемся юбилейном ресторане (в самом начале трассы на Борисполь). Отлет был назначен на 12:00.

Все параметры определены, задание ясно (не впервой)! Прежде всего побывал в «Наталке» и, осмотрев помещение, посуду, наличие продуктов, составил меню завтрака и предупредил директора ресторана о том, что завтра в 6:00 должны быть на работе два повара, два официанта, буфетчица и сама директор.

После поехал на ВДНХ (там тогда была главная теплица столицы), получил по 1 кг свежих помидоров, огурцов, зеленого лука, зелени, затем на Бессарабке закупил свежую баранину и привез все это в ресторан.

На следующее утро в 5:45 я уже был в «Наталке». Пока никого нет. Жду. 6:00 – никого! Тревога! Пытаюсь достучаться через дверь черного хода – глухо. Позвонить? Но телефон находится внутри помещения – мобильные тогда были только в воображении писателей-фантастов. Наконец приоткрылась дверь, и в щелочку высунулась пропитая, опухшая физиономия сторожа-инвалида на одной ноге с костылем:

– Чего надо?

Попытался объяснить, что нужен телефон, срывается мероприятие, о том, кто я такой, – все бесполезно! Сторож стал закрывать дверь, но я успел вставить ногу в проем. Дальнейшее уже было делом нетрудным – справиться с инвалидом на костылях молодому мужчине не составило труда. Запихнул сторожа в кладовку с углем и, приперев дверь ломом, пошел к телефону. Вслед мне раздались милицейские свистки сторожа, но ресторан находился в лесу, и свистеть можно до бесконечности – никто не услышит.

Первым делом позвонил директору заведения. По голосу слышу – разбудил:

– Как, Исай Абрамович? Вы же сказали, что прием послезавтра!

Ужас!!! Для выяснений нет времени. Прокричал в трубку:

– Немедленно сюда! И захвати по дороге кого можешь из персонала, если знаешь, кто где живет.

– Не знаю!

Но я уже не слышал – звонил начальнику горобщепита Алексею Трофимовичу Казимирчику, ведь в случае провала его голова покатится первой! Понимаю, что он не может произнести ни звука в ответ на мое краткое SOS-сообщение. Вешаю трубку и начинаю действовать. Первым делом нужно растопить углем плиту – вот такой самобытный ресторан. Затем под «аккомпанемент» милицейского свистка сторожа пытаюсь сбить ломом замки с дверей буфета, в котором находятся напитки, и с холодильных шкафов (тогда они все закрывались на штанги), где хранятся продукты.

Плита горит, замки сбиты. Прилетает весь трясущийся Казимирчик (в то время пробки даже в страшном сне не снились – представляете, какое счастливое время!) с директором ресторана, которую с ходу я поставил перетирать посуду, стекло, бутылки, приборы и сервировать стол. Время летит неумолимо – на часах 8:00.

Казимирчика прошу нарезать закуски: осетровый балык, семгу, сырокопченую колбасу и т. д., а сам планирую заняться вторым блюдом.

Тогда все делалось по протоколу: второе блюдо – кусок жареного мяса (лангет, бифштекс) со сложным гарниром (картофель-пай во фритюре, морковь и свекла в молочном соусе, припущенный зеленый горошек) – стандарт официального приема, утвержденного вчера. Собираюсь приступать, но времени уже в обрез. Бросил взгляд на то, что делает Казимирчик, и обомлел! Он не режет, а кромсает, то есть поварских навыков у него нет. Я должен все немедленно переделать. Прошу Казимирчика чистить картошку, морковку, петрушку, сельдерей, лук для второго блюда. Представьте картину: сидит начальник горобщепита над мусорным ведром и чистит картошку! (Опять-таки – «картина маслом»…) Я же занялся нарезкой и укладкой закусок на столовую посуду. Закончил в 8:45. Уже спокойнее. Стол сервирован, закуски и напитки стоят, директор в украинской одежде будет обслуживать гостей. Осталось второе блюдо, но на то, чтобы приготовить его по протоколу, уже времени нет. И тогда я приготовил блюдо по наитию: на одном

поварском противне смешал поджаренную баранину и картофель брусочками, спассерованные морковь, сельдерей, корень петрушки, лук, помидоры. Все это приправил кавказскими специями, которые всегда при мне.

Пока готовилось блюдо, гости приехали и завтрак начался.

Теперь возник вопрос: как же подать второе блюдо? В его качестве сомнений нет – запах превосходный! Но на вид – месиво. Если подавать порционно на тарелках – не поймут!

Выход был найден! Я показал Казимирчику, как при помощи кухонного полотенца держать противень, чтобы не обжечься. Вынесли блюдо в зал именно так – на противне, а директор с этого противня каждому на тарелку шлепала порцию этого месива: шлеп! шлеп! шлеп! Но изумительный запах стоял на всю округу!

Дрозденко и все остальные оживились. Раздались возгласы одобрения, восхищения. И вдруг Дрозденко спрашивает у Казимирчика (а я на кухне все слышу и замер):

– Алексей Трофимович, а как называется эта вкуснятина?

Не растерялся Казимирчик:

– Это национальное кавказское блюдо «чапур-хапур».

Потом были чай, кофе. Гости уехали. Казимирчик молчит, я молчу. Наливает себе и мне по половине фужера украинской горилки с перцем, я выпиваю и прошу разрешения на работу сегодня уже не выходить – слишком взволнован, нужно прийти в себя, степень ответственности была уж очень высокая.

Так закончилась история с «чапур-хапуром».

Понятно, что блюда с таким названием в мировой кулинарии нет. А рецепт его таков:

Чапур-хапур

Баранину нарезать очень мелкими кусочками и жарить 10–15 минут, а потом тушить, добавив курдючное сало, пропущенное через мясорубку (или очень мелко нашинкованное), нашинкованный репчатый лук, картофель, нарезанный крупными кубиками, и полстакана воды.

Доведя картофель до состояния полуготовности, блюдо посолить, добавить нарезанные морковь, сельдерей, помидоры (очищенные от кожицы и семян), зелень кинзы и петрушки, чеснок и снова тушить под крышкой до готовности всех продуктов.

Вам понадобится

Баранина – 500 г, курдючное сало – 50 г, лук репчатый – 4

головки, картофель – 3–4 шт., морковь – 3 шт., помидоры – 200 г, зелень кинзы и петрушки, чеснок и соль – по вкусу.

КУДА ДЕВАТЬ МЕДВЕДЯ?

В составе делегации от РСФСР, прибывшей на празднование 50-летия провозглашения советской власти на Украине, был и председатель горисполкома Новосибирска. Побывав вместе с нашим мэром В.Й. Буркой в ресторане «Мисливець» и выслушав мой сопроводительный рассказ о перспективах (мол, планируем медведя у входа поставить, организовать маленький зоопарк для детей рядом и т. д.), он вдруг предложил передать в подарок Киеву для ресторана «Мисливець» маленького, только что родившегося медвежонка. Сказано – сделано! Мэр оказался человеком слова. И вот я встречаю поезд Новосибирск – Киев, и начальник поезда передает мне маленького, ну словно игрушечного, медвежонка. В ресторане «Мисливець» он прижился сразу, полюбился коллективу и посетителям. Катался по залу такой себе маленький комочек, с которым играли все, – это стало главной фишкой ресторана.

Время шло, медвежонок рос. То, глядишь, цапнул кого-то за палец, то колготки одной барышне порвал – в общем, постепенно превратился из игрушки в маленького, но зверя. Звериный инстинкт брал свое. Возник вопрос: что делать дальше? Решили соорудить вольер у входа в заведение и поселить в нем мишку. Посетители любили фотографироваться с косолапым, покормить. Но мы понимали, что предпринятые нами меры актуальны до поры до времени. И необходим специалист, который будет присматривать за медведем. Задумались о том, куда девать зверя, превратившегося из плюшевого мишки в настоящего царя лесов?

Сначала обратились в зоопарк, но там нам отказали: мол, нет вакантных мест, нужна новая смета на питание, вольер и т. д.

Связались с цирком – там ответили, что к ним приезжают на гастроли со своими зверями и содержать медведя нет никакой возможности.

В общем, с помощью отцов города к разрешению сложившейся ситуации подключили Общество охотников и рыболовов. Представители этой организации погрузили медведя вместе с клеткой в специальную машину и увезли. Куда, нам не сказали. Поговаривали, что нашего подопечного выпустили в лес. Но это уже другая история.

«САРЫНЬ НА КИЧКУ»

Смена власти в городском общепите

В 1972 году начальником Управления общественного питания Киевского горисполкома была назначена Людмила Ильинична Кандзюба. Эта женщина сделала головокружительную карьеру: за какие-то полгода из кресла заведующей санитарно-пищевой лаборатории Печерского треста столовых пересела в кресло директора треста столовых Железнодорожного района (был такой), и затем через короткое время стала начальником городского общепита. Но стоит отметить, что этому способствовало не наличие у нее каких-то особых административных или профессиональных качеств, а тот факт, что пост секретаря горкома по торговли занимала Галина Григорьевна Романчук, которая исповедовала принцип преимущественного назначения на руководящие роли в торговле именно женщин.

НОВАЯ МЕТЛА ПО-НОВОМУ МЕТЕТ

При новой начальнице все то, что при предыдущих руководителях (Казимирчик, Астистов) всячески приветствовалось и поощрялось (инициатива, умение брать ответственность на себя, самостоятельность при принятии решений), стало пониматься как стремление к власти и подрыв авторитета высшего руководства. Понятно, что долго так продолжаться не могло, и я попросил перевести меня на другую работу по специальности. В ответ на лицемерный вопрос о причине такого решения я, не сдержавшись (до сих пор стыдно за невыдержанность и почти хамство), выпалил, что, мол, не могу работать под руководством человека, который еще вчера делал анализы мочи, а сегодня мнит себя великим профессионалом. Реакция, думаю, понятна. Тут же при мне был звонок Романчук, согласование с ней, и мне предложили стать директором ресторана «Днепровский». При должности, которую я тогда занимал, это было серьезное понижение, но ниже уже было нельзя, ибо все же к этому времени мной был наработан серьезный авторитет в системе, да и разбрасываться специалистами с высшим образованием без веских причин они не могли.

Я в этом ресторане ни разу не был и ничего о нем не знал, кроме одного: в функции моего отдела входила организация соцсоревнования в системе, а «Днепровский» в Киевресторантресте из квартала в квартал занимал последнее, 14-е место. Находился он на лесном массиве по улице Братиславская.

Тем не менее я согласился не раздумывая.

НАЗНАЧЕНИЕ И РАБОТА

Я попросил Кандзюбу выдать мне на руки приказ о назначении и не представлять коллективу – решил, что сделаю это самостоятельно. Она согласилась.

Знакомство с рестораном состоялось 4 сентября 1972 года. В объединение «Днепровский» входило несколько заведений: рестораны «Днепровский», «Наталка» и «Млин», кафе на жилмассиве, магазин кулинарии и несколько киосков. Сам ресторан «Днепровский» вводился в эксплуатацию как столовая, и уже потом, поддавшись модным течениям, его превратили в вечерний ресторан. Выглядело это так. В зале стояла мебель с гигиеническим пластиковым покрытием, поточная линия самообслуживания на вечер зашторивалась, на столы ставились фужеры, в углу зала располагался оркестр из четырех человек, а в зал выходили официанты без всякой форменной одежды и принимали заказы, в основном на спиртное и какой-нибудь салатик. Об интерьере можно было бы не упоминать вообще. Гардероб и туалет не работали, должность швейцара отсутствовала… В общем, загадок никаких…

Я собрал коллектив, представился и объявил о закрытии ресторана на ремонт.

Во время существования советских финансовых и плановых органов, где все было до предела зарегулировано, принимать самостоятельные решения о ремонтах, реконструкциях и связанных с этим затратах было чрезвычайно самонадеянно. Сыграли свою роль молодой задор, уже приобретенный ранее опыт в строительствах, уверенность в том, что «война план покажет», и главное – расчет на помощь друзей, которых на тот момент у меня было уже немало (профессия ресторатора – благоприятная среда для знакомств и дружбы). В последнем я точно не ошибся, применив на практике знаменитый призыв Стеньки Разина: «Сарынь на кичку».

Среди моих знакомых и друзей было немало архитекторов, дизайнеров, художников, строителей разных специальностей: электриков, сантехников, специалистов по общестроительным работам и т. д. Многое было ими сделано совершенно бесплатно (собственно, все архитектурные, дизайнерские, художественные разработки), многое за очень умеренные деньги (выискивались резервы производства), и в результате реконструкция обошлась очень дешево, но все же это были средства, которые нигде и никем не были на эти цели запланированы. Пришлось идти на иммобилизацию оборотных средств в расчете на их пополнение

потом. Конечно, в какой-то степени это была безрассудность, но я себя подстегивал: «победителей не судят» и «или грудь в крестах, или голова в кустах».

Через два месяца ресторан открылся. Новшества были такими: достойный интерьер, современная мебель, посуда, форменная одежда, весь спектр сервиса (гардероб, санузлы, стоянка для машин и пр.), новые формы и методы обслуживания, продуманное меню с запоминающимися названиями вроде жаркого «Пальчики оближешь». Все это сыграло свою роль (забегая вперед, упомяну о том, что всесоюзный журнал «Общественное питание» разместил на своих страницах в 1974 году в шести номерах цикл репортажей под названием «Так работает «Днепровский»).

О проводимой реконструкции ни в Киевресторантресте, ни в горобщепите никто ничего не знал. Главный показатель – товарооборот – выполнялся за счет торговли в розницу куриными яйцами, селедкой, апельсинами (тогда все это было в дефиците; опять друзья помогли), а другим никто не интересовался.

О том, какой фурор произвели в Киевресторантресте и горобщепите новое лицо «Днепровского» и его дальнейшая деятельность, может сказать такой факт: через два года я был рекомендован и утвержден всеми согласовательными инстанциями в должности директора треста общественного питания Днепровского района Киева.

РЕВОЛЮЦИЯ В ДНЕПРОВСКОМ ОБЩЕПИТЕ

1974 год. Итак, я директор треста общественного питания Днепровского района. Принял трест у Александра Нечипоренко – крепкого хозяйственника, который заложил хорошую финансовую базу для будущего треста (сам он тогда перешел на должность директора известной киевской гостиницы «Днепр» и работал там до конца своих дней – светлая ему память).

На то время в районе с населением в 400 тысяч человек общепит состоял из закрытой сети столовых при промышленных предприятиях, учреждениях и школах, а также из открытых общедоступных столовых, кафе, магазинов кулинарии.

Не отвлекаясь на закрытую сеть (это тема отдельного разговора, и она прозвучит несколько ниже), хотелось бы несколько слов сказать о том, что собой представляла так называемая общедоступная сеть. Это были помещения (в основном при торговых центрах и отдельно стоящие) без всяких намеков на сервис, интерьер, культуру. Огромные торговые залы с выщербленной местами на полах метлахской плиткой, облупившейся на стенах и потолках краской и штукатуркой, стандартным однотипным люминесцентным освещением, убогой мебелью, нефункционирующими санузлами и гардеробными, входной дверью, где витринные стекла заменены фанерными или металлическими вставками. Обязательный атрибут торгового зала – буфетная стойка, отгороженная от пола до потолка железными прутьями (для сохранности социалистической собственности).

Сама стойка выполнена из пластика, по прилавку этой стойки-буфета как будто табун лошадей прогнали, за стойкой стоит соответствующая мадам (зачастую в тулупе, ибо помещение не отапливается), и амбре от нее тоже соответствующее (кавалерийское), и наливает-разливает.

Публика под стать заведению – сидят в зале в пальто, кожухах, шапках и вкушают под «Біле міцне» и портвейн «Таврический» стоически верный ассортимент: котлеты, шницели, селедку, винегрет. В общем, классика времен «совка»!

Что делать, было ясно – опыт ресторана «Днепровский» убедителен. Но где взять на все это деньги? Как заполучить на постоянную работу дизайнеров, архитекторов, художников, когда в штатном расписании треста не было даже должности декоратора (в отличие от райгастрономторгов). Как организовать свое собственное строительное подразделение, ибо работа предстояла не на один год (опять-таки это проклятое штатное

расписание) – вопросов накопилось столько, что голова шла кругом, но руки не опускались. Нужно было действовать.

Прежде всего я решил создать перспективный план развития районного общепита (конкретно по адресам) и ознакомить с ним руководство района. В то время это были первый секретарь райкома Александр Иванович Никишенко (к сожалению, рано от нас ушедший) и председатель исполкома Евгений Анатольевич Ясинский. Эти люди умели видеть перспективу, были энергичными, толковыми, креативными руководителями. Долго уговаривать их не пришлось, правда, денег не дали, но зато пообещали выбить нужную сумму из городского бюджета по результатам работы, а на сегодня – полная административная поддержка: «Вперед и с песней!»

И начались ходатайства – письма и походы по высшим инстанциям.

Первой ласточкой явилось благословение первого замминистра торговли Алексея Петровича Михайличенко в ответ на просьбу района о создании «в порядке эксперимента» в штатном расписании треста группы художников-оформителей в составе четырех человек.

К этому времени группа была уже подобрана и проверена на отдельных работах (бесплатно, но с перспективой – поверили в меня). Ее руководитель, Изяслав Михайлович Сапожников, в дальнейшем перешел из разряда сотрудников в ряды соратников, став другом. Теперь нашей совместной работе и дружбе уже тридцать шесть лет. Человек он уникальный, сочетающий в себе прекрасный вкус художника-дизайнера и высокую работоспособность, самодисциплину, порядочность.

Офисом, проектной мастерской и производственной площадкой для группы художников-оформителей стало помещение магазина кулинарии по улице Братиславской, 18 (бывшая трехкомнатная квартира) – чем-то надо было жертвовать. И работа закипела.

Следующим шагом стало создание строительного подразделения. Оно было названо стройгруппой, и к концу моей трудовой деятельности в Днепровском районе состояло из тридцати рабочих всех специальностей во главе с прорабом Игорем Владимировичем Снобковым – грамотным специалистом.

Базой и производственной площадкой для строителей стал земельный участок по улице Краснoткацкой, 42, где размещался кондитерский цех треста (сейчас на этом месте находится фитнес-центр). Здесь многое было построено и перестроено: столярный и сварочный цеха, складские помещения, офисная часть. Все было готово для начала масштабных работ.

Представители райкома партии и исполкома сдержали слово об административной поддержке и подписывали письма и распоряжения как предприятиям района (снабженческим – Дарницкий комбинат стройматериалов и конструкций, завод «Гранит», металлобаза и т. д.; проектным, строительным – 5-й трест Главкиевгорстроя), так и другим предприятиям и различным инстанциям. Нельзя сказать, что эти письма всюду открывали двери – везде, конечно, требовалось личное участие, но они давали начало разговору, а дальнейшее уже зависело как от личного обаяния (шучу), так и от умения правильно поставить вопрос и обрисовать перспективу сотрудничества. А насколько это все было необходимо, показывает следующий факт.

Когда построили ресторан «Червона рута» (1977 г.), то подсчитали, что стройматериалы, мебель, фурнитуру, освещение, оборудование и прочее мы получали от 456 поставщиков.

А предприятия, вырабатывающие номенклатуру этих 456 видов, нам ничего не должны (все по фондам), мы для них «никто и звать никак», а каждый из 456 руководителей считает себя князьком, и у каждого свой норов.

Эта история состоит из десятков различных интересных эпизодов и фактов, и все не уместить в данной книге, но один случай я должен все же рассказать.

Мы узнали, что дверную фурнитуру (ручки, замки, шпингалеты, петли и т. д.) для предстоящей в Москве Олимпиады (1980 г.) производит специально определенный для этой цели завод в Челябинске, а наряды по отпуску этой продукции выдает только Госплан СССР. Учитывая дефицит этой продукции, подписывает выделенные фонды лично председатель Госплана СССР Эммануил Дымшиц. Одновременно я узнал о том, что в Киеве в Госснабе Украины работает двоюродный брат Эммануила Дымшица Александр Дымшиц. Путь к нему был непрост, но в итоге знакомство состоялось, и протекция была обещана. Письмо-ходатайство в Москву было подписано председателем горисполкома Киева Гусевым, и я вылетел на прием к Э. Дымшицу. Перипетий было много, но в итоге нам выделили дверную фурнитуру на сумму 3 тысячи рублей (тогда это были большие деньги). После командировки в Челябинск фурнитура была получена в срок, а при открытии «Червоны руты» она стала одной из отличительных особенностей ресторана.

В итоге за год в районе было реконструировано и капитально отремонтировано двадцать три предприятия, в том числе пять школьных столовых за средства района, восемь заводских столовых за счет заводов и десять предприятий общедоступной сети, в частности рестораны «Червона рута», «Горище» (1978 г.),

«Олимпиада-80» (1979 г.), шашлычная «Казбек», кафе «Юность», «Демьянова уха», детское кафе «Сладкоежка», «Кав'ярня» и др.

В район зачастили по обмену опытом различные делегации городского, республиканского и даже всесоюзного уровня. Звучало немало хвалебных слов как в адрес руководства района, так и в адрес районного треста общепита.

А в это время…

ДОЛГ ПЛАТЕЖОМ КРАСЕН

Все, что происходило в Днепровском общепите под овации и аплодисменты, имело и обратную сторону медали: «Где деньги, Зин?» Метод добывания денег мной был апробирован на ресторане «Днепровский», но это были, во-первых, совсем другие суммы (всего 30 тысяч рублей), и их, оценив работу, возместил Киевресторантрест. Во-вторых, большинство работ было проделано под лозунгом «Сарынь на кичку» – на чистом энтузиазме, без денег, призывов о дружбе и намеков на дальнейшее сотрудничество. Здесь это уже не проходило, и деньги были другие – требовалось 700 тысяч рублей. Но метод был применен мной все тот же – иммобилизация, то есть средства, которые должны были идти ежедневно на закупку мяса, масла, муки, сахара и других продуктов и возвращаться в виде кассовых сборов, шли на стройматериалы, и возвращать их было нечем. На мои неоднократные напоминания об обещаниях и просьбах «всюду слышал я в ответ: вы выдающийся мыслитель, но в нашей кассе денег нет!».

Дважды, выражаясь фигурально, я валялся в ногах у управляющего банком Днепровского района с просьбой о продлении финансирования, ибо трест уже был не в состоянии платить за продукты и сырье для столовых на промпредприятиях и школьных столовых. Рабочие без питания? Забастовка? Дети без обедов? Родители?

Картины одна мрачнее другой маячили перед глазами. А тут еще и такое событие. Приехал в район начальник финуправления Киевского горисполкома Поленов с каким-то представителем Минфина Союза по поводу передачи опыта на тему: как общепит из нерентабельного делать рентабельным. Надо сказать, что Поленов был прилично в курсе дела и неплохо владел цифрами. Так, например, в «Червоной руте» он щеголял отличным знанием вопроса: «В этом предприятии, когда оно было столовой, товарооборот составлял 3 тысяч рублей в месяц, и когда появлялся посетитель, то персонал собирался в кружок и танцевал «мамбу-юмбу», а планируемый (по самым скромным подсчетам) товарооборот составит 45 тысяч рублей в месяц, и вместо убытка – столько-то, прибыль составит столько». Я стоял рядом и в душе ликовал: «Это же начальник финансов города и вот теперь уже точно деньги будут выделены!» Святая наивность!

Вместо выделения денег Поленов написал письма в городскую прокуратуру и Днепровский райком партии, привел цитату Ленина, которую тот сказал на X съезде партии в 1922

году о том, что «…руководитель, проедающий оборотные средства, должен привлекаться к уголовной и партийной ответственности», и потребовал принять меры к директору треста общественного питания Днепровского района Фельдману И.А.

Я был вызван в прокуратуру, где мне дали ознакомиться с постановлением о возбуждении уголовного дела и потребовали написать объяснительную по существу вопроса (хорошо хоть, что отпустили написать ее дома).

Первый секретарь райкома А.И. Никишенко, вздыхая и пряча глаза, поведал:

– Мы думали, тебя к ордену представят, а тут вот какое дело…

И тогда я четко и твердо произнес:

– Прошу доложить обо всем этом лично первому секретарю горкома партии, члену Политбюро ЦК КПУ Ботвину Александру Платоновичу. – Его считали человеком справедливым, и он утверждал меня в данной должности.

В ответ на доводы о занятости члена Политбюро я попросил походатайствовать о том, чтобы меня записали на прием к Ботвину, тем самым давая понять, что настроен решительно.

– Хорошо, я переговорю с товарищем Ботвиным.

– Я вас очень прошу, попытайтесь поговорить сейчас и при мне.

Никишенко по прямой связи набрал Ботвина и достаточно четко доложил о работе, проделанной в районном общепите, делегациях и т. д., и о том, чем все закончилось. Ботвин пообещал на следующий день приехать и ознакомиться со всем на месте.

На следующий день с самого утра я уже дежурил в приемной Никишенко, хотя он сказал, чтобы я ждал у себя в кабинете и, если понадобится, меня позовут.

Ботвин приехал и был в районе четыре с половиной часа. Мы объехали ряд предприятий (меня взяли с собой в машину), я давал разъяснения, Ботвин внимательно слушал. В «Червоной руте» я понял, что Ботвин «дозрел». На прощание он протянул руку, поблагодарил за работу и уехал.

На следующий день меня вызвал Никишенко и сообщил, что город выделил 500 тысяч рублей на покрытие расходов, а еще на 200 тысяч рублей дано указание покрыть расходы треста общественного питания за счет районных резервов. Одновременно я был приглашен в прокуратуру, где меня ознакомили с постановлением о прекращении уголовного дела.

Орден, правда, не дали, но я был счастлив. Таков финал этой истории.

«ПОЧЕМУ В КИЕВЕ В НОЧНОЕ ВРЕМЯ РАБОТАЮТ ТОЛЬКО СЛУЖБЫ ПЕЧАЛИ: 01, 02, 03?»

Близилось открытие «Червоной руты» (оно состоялось 15 сентября 1977 года). Месторасположение ресторана – проспект Ворошилова (ныне Лесной проспект), 23. В то время это был крайний дом в отдаленном районе Киева, а дальше начинался лес…

Какими бы выдающимися ни были интерьеры, какое бы креативное меню мы ни придумали, какой бы блистательный сервис ни был предъявлен, будущая посещаемость и наполняемость заведения были под большим вопросом – такой отдаленный спальный район вряд ли мог привлечь горожан.

Рассчитывать приходилось только на местных жителей, но по социологической составляющей вряд ли они могли отвечать нашим чаяниям.

Мысль зрела весь период строительства. И заключалась она в том, чтобы режим работы ресторана установить до утра.

Нужно сказать, что сегодня ресторанов, баров, казино, клубов с таким режимом работы хоть пруд пруди, но в 1977 году такое казалось из мира фантастики, ибо рестораны тогда работали только до 23 часов. Нужно ли говорить о том, какие неудобства испытывали киевляне, многие из которых работали до 20–21 часа (поликлиники, универмаги и т. д.). Если этой категории людей хотелось отметить какую-либо знаменательную дату (день рождения, к примеру, или встречу друзей), то не успевали они сесть за стол (пока закажут, пока принесут, пока поднимут первый тост), как уже в 22:45 в зале гаснет свет. Нынешнему молодому поколению вообще трудно себе это представить, но старшее хорошо все помнит. Поэтому нужда в заведениях ресторанного плана с продленным режимом работы была реальностью, и за счет именно этой идеи мы и собирались добиваться рентабельной и результативной работы «Червоной рути».

Увы! Все мои попытки согласования такого режима работы разбивались о железную логику: «Киев – рабочий город, и люди по ночам должны спать». Приводились доводы и о росте пьянства, преступлений и т. д.

И хотя руководство района мыслило прогрессивно, попытки чиновников пройти частокол согласований (горком, горисполком) были безуспешны.

И в это время, когда до открытия ресторана оставалась неделя, в район приехал первый секретарь горкома партии, член Политбюро ЦК КПУ Александр Платонович Ботвин. Воспользовавшись тем, что Ботвин посетил «Червону руту» и остался доволен (стоит отметить, что в то время в городе работа по созданию интерьеров, удобств, сервиса велась на очень усредненном уровне и на этом фоне открываемый ресторан был просто лучшим), я набрался смелости и решился на такой разговор:

– Александр Платонович, разрешите вопрос!

– Пожалуйста.

– Почему в Киеве, всемирно известной столице, культурно-туристическом центре, инвестиционном мегаполисе, в ночное время работают только службы печали – 01, 02, 03 – и не работают службы веселья, радости, праздничного настроения (тут я развил мысль о том, что рестораны города открыты только до 23:00 и т. д. и т. п.)?

Ботвин внимательно выслушал меня и спросил, что я предлагаю.

– Предлагаю в ресторане «Червона рута» в порядке эксперимента установить режим работы до 5:00 утра.

Ботвин задумался, а потом спросил:

– С кем вы по этому поводу уже говорили?

Ответ был дипломатичным:

– Со всеми, кроме вас!

Ботвин обратился к стоящим рядом Никишенко и Ясинскому:

– Я думаю, что в порядке эксперимента можно попробовать. Может быть, не до 5:00, а часов до двух. Мне кажется, что районная власть может самостоятельно, без дальнейших согласований поэкспериментировать в этом вопросе.

Свершилось! На следующее утро в 9:00 я уже был в приемной председателя райисполкома Ясинского, и тот на моем письме начертал резолюцию: «Разрешить в порядке эксперимента работу ресторана до 2:00 ночи».

Что из этого вышло – это уже совсем другая история.

ЕВРЕЙ «В ЗАКОНЕ»

И вот «Червона рута» открыла свои двери для посетителей. Режим работы был установлен с 18:00 до 2:00.

И тут началось. Даже я – человек, который предрекал будущую популярность заведению, не мог представить себе границы растущего изо дня в день ажиотажа, сопровождающего деятельность нашего ресторана. Ежедневно к началу работы все 150 мест центрального зала, оформленного в украинском стиле, были заняты по системе предварительных заказов. С напряжением работал «святковий» зал на 80 мест, обслуживающий банкеты, свадьбы…

Небольшой банкетный зал, оформленный с особым изяществом, на 10–12 человек был всегда в «резерве главного командования», то есть в моем, и тоже почти ежедневно был занят ВИП-публикой. Европейский, в красно-черных тонах бар, рассчитанный на 30–40 посадочных мест плюс 6–8 мест за барной стойкой, вмещал в себя от 80 до 100 человек (посетители здесь сидели, стояли, ходили). «Броуновское движение» в «Червоной руте» начиналось где-то с 11–12 часов вечера и нередко заканчивалось далеко за режимными 2 часами ночи, хотя понятие «до последнего посетителя» в то время, мягко говоря, не приветствовалось.

Конечно же все внеплановые услуги щедро оплачивались клиентами, а особо весомая часть «левого» заработка, так называемые чаевые (то есть «спасибо», передаваемое вручную), доставались швейцарам ресторана. Слава «владельца» «Червоной руты» имела две стороны. Одна – многократно повысившаяся необходимость (а отсюда и известность) во мне, приносившая новые связи и, соответственно, новые блага. А вторая (оборотная) – сплошные хлопоты: многочисленные (в том числе и внережимные) звонки – просьбы о столиках в «Червоной руте». Напомню, что в то время мобильных телефонов не было, а служебные работали до 18 часов.

Нужно ли говорить о неудобствах для членов моей семьи (очень часто я задерживался на работе допоздна), вынужденных отвечать на многочисленные телефонные звонки, а также о нареканиях вышестоящих товарищей из треста по поводу постоянно «занятого» служебного телефона и о невозможности найти меня? Но даже когда меня находили, я не всегда был в состоянии удовлетворить поступившую заявку, особенно в первые после открытия праздники (7 Ноября, Новый год, 8 Марта). Понятное дело, что хотя я и был очень дипломатичен, однако

недовольных мной все же оказалось немало. Вот это и была оборотная сторона медали.

И вот в один не самый прекрасный день «Червону руту» посещают начальник Киевской милиции (УВД Киевского горисполкома) генерал-лейтенант Виталий Федорович Захаров с двумя замами-полковниками. Приехали они уже ближе к полуночи, одеты были в штатское. Швейцар, естественно, не пропускал припозднившихся посетителей, но, получив мзду, стал сама любезность и проводил гостей до бара, пожелав развлекаться и получать удовольствие. Мест, естественно, не было, и генерал с товарищами могли наблюдать все сцены ночной жизни в ресторане…

К этому времени публика уже не та, что в 19:00. Никто особо не хулиганил, но обстановка, прямо скажем, была не библейская, то есть обычная картина под занавес в увеселительном заведении.

Через день получаю телефонограмму, в которой говорится, что я должен явиться на заседание президиума горисполкома. Прихожу. В зале 100 человек. Ведет заседание председатель горисполкома Владимир Алексеевич Гусев. Решаются хозяйственные вопросы городского значения. Я уже думаю, что, по-видимому, меня пригласили по ошибке, но вдруг Гусев говорит:

– А сейчас генерал-лейтенант Захаров расскажет нам о своем посещении ресторана «Червона рута».

И тот описывает все в красках, начиная со швейцара и общей «пьяняще-пленительной» обстановки и заканчивая социологическим портретом аудитории: мол, собрался там весь цвет городского криминала… Тогда, в 1977 году, «криминальный мир» представлял собой не убийц и разбойников с пистолетами и ножами (те гуляли на «хазах» и «малинах» и по ресторанам не светились), а проституток, шулеров, катал, фарцовщиков.

Гусев говорит:

– Товарищ Фельдман, объясните происходящее генерал-лейтенанту и нам!

Не зря живуча в народе пословица: «Ради красного словца не пожалеет ни мать, ни отца». Не сдержался и я.

– На месте генерал-лейтенанта, – говорю, – я поблагодарил бы Фельдмана за то, что он собрал весь криминальный мир города в одном месте и нужно только подкатывать «воронки» и грузить их всех туда скопом!..

Итог – строгий выговор.

Но этим дело не кончилось. Вскоре на уровне республиканских правоохранительных органов была организована проверка работы ресторанов. Этому

предшествовала докладная записка

КГБ Украины на имя первого секретаря ЦК КПУ В.В. Щербицкого о фактах грубых нарушений ресторанами законов советской морали и этики, а также о грубых нарушениях правил советской торговли. Упоминалось о том, что в ресторанах музыканты играют явную антисоветчину, вплоть до «Боже, царя храни!», белогвардейские песни, имели место случаи применения физической силы со стороны работников ресторанов к проверяющим и пр. Распоряжение Щербицкого обязывало Киевский горком КПУ рассмотреть факты, изложенные в докладных записках по результатам проверок ресторанов, и дать им принципиальную оценку. На бюро горкома были приглашены руководители Киевресторантреста и трестов общественного питания, в структуре которых имелись рестораны (то есть и Днепровского треста). Чувствую себя спокойно, ибо ни о каких фактах, затрагивающих Днепровский трест, в справке правоохранительных органов не говорилось.

На заседании бюро присутствуют все первые секретари райкомов КПУ и председатели райисполкомов. Выступают управляющий Киевресторантрестом товарищ Лысенко (которому до пенсии осталось три месяца) и другие руководители. И вдруг как гром среди ясного неба в проекте постановления бюро наряду с выговорами Лысенко и директору Ленинского треста столовых Ковалю звучит предложение: «За аморальное поведение посетителей в ресторане «Червона рута» директору Днепровского треста столовых Фельдману И.А. объявить строгий выговор с занесением в учетную карточку». Вот так!!!

Прошу слова. В голове крутятся мысли о том, что когда создавали «Червону руту», то преследовали благие цели, в том числе это относится и к режиму работы. Видимо, что-то где-то недосмотрели, не учли. Но получили опыт, будем делать выводы и исправлять положение… Хочу кратко, емко, без оправданий и конкретных разбирательств объяснить положение вещей. Когда поднялся на трибуну, меня сразу взяли в оборот два члена бюро – начальник политуправления Киевского военного округа генерал-лейтенант Дементьев и токарь завода «Арсенал» Герой Социалистического Труда Донченко. Как только я начинал говорить, то один, то второй меня тут же перебивали одной и той же фразой: «Прекратите философствовать, говорите по существу». Когда Донченко в третий раз оборвал меня на полуслове, я не выдержал и бросил:

– Товарищ Герой Соцтруда! Не забывайте о том, что существует партийная этика. Мне и так нелегко на этой трибуне стоять, особенно учитывая, что я на ней впервые. Если не даете

говорить – что ж, уступаю трибуну вам.

После этого спустился в зал и сел на свое место.

Вел заседание бюро второй секретарь В.М. Гаевой, Ботвин находился в это время в Москве на сессии Верховного Совета. Поэтому решение было принято единогласно – строгий выговор с занесением в учетную карточку члена КПСС. В то время это означало увольнение с работы.

С заседания бюро я ехал вместе с Никишенко и Ясинским. Они прекрасно разбирались в сложившейся ситуации, поэтому сразу предложили мне другую работу – должность заместителя директора универмага «Днепровский». Но я сказал, что сначала хочу добиться приема у товарища Ботвина, а в ответ на возражения о том, что это практически невозможно из-за постоянной занятости члена Политбюро, большой очереди на прием и других причин, заявил:

– А я не тороплюсь.

На следующий день в горкоме партии я попросил помощника товарища Ботвина записать меня к нему на прием (он уже вернулся из Москвы). В ответ услышал:

– Товарищ Ботвин очень занят. Ваш вопрос может быть рассмотрен отраслевым секретарем товарищем Куликом или партийной комиссией горкома.

Но я не отступал:

– У меня к вам вопрос: может ли рядовой член КПСС попасть на прием к секретарю своей городской парторганизации? Существует ли какая-то запись? Я ведь не прошу принять меня вне очереди. Запишите – я буду ждать!

Помощник внимательно посмотрел на меня, удивленный таким напором, и ответил:

– Хорошо! Я доложу о вашей настойчивости товарищу Ботвину, и вам перезвонят.

Уже днем раздался звонок:

– Товарищ Ботвин примет вас сегодня в 19:40.

В назначенное время помощник вместе со мной заходит в кабинет Ботвина.

– Слушаю вас, – говорит первый секретарь горкома партии.

Я стараюсь кратко и четко изложить, как мы планировали работу ресторана, старались. Конечно, были и просчеты, недостатки, но можно все исправить, ведь «за одного битого двух небитых дают»…

И вдруг слышу вопрос:

– А как, на ваш взгляд, обстоят дела в ресторанах, особенно по части пьянства, хулиганства, если посмотреть на положение дел со стороны?

Понимаю, что беседа проходит в доверительной атмосфере, поэтому совершенно спокойно говорю:

– А это зависит от того, какими глазами смотреть на ресторан!

– Что вы имеете в виду?

– Если на ресторан смотреть как на библиотеку или стадион, то, конечно, все, что там происходит, покажется диким! А если взглянуть как на заведение, в которое люди приходят отдохнуть, расслабиться, выпить, то всех равнять под одну гребенку нельзя. Ведь один человек может выпить литр и не опьянеть, а другому для куража достаточно и 50 граммов. За этим и нужно следить работникам ресторана – они должны быть одновременно и психологами, и врачами, и милиционерами. Но у нас такое отношение к отдыхающим пока практически отсутствует. Нам следует «окультуривать» своих клиентов, и начинать придется в первую очередь с себя. Над этим и будем работать. В результат я верю, но конечно же добиваться всего нужно постепенно.

Ботвин выслушал и вдруг задал неожиданный вопрос:

– Скажите, а где в настоящее время находится ваш брат?

Я немного растерялся:

– В данный момент?

– Нет, вообще!

– Мой брат проживает по такому-то адресу, вместе с матерью, работает заместителем директора столовой на станкозаводе, коммунист.

– Вы говорите правду?

– Александр Платонович, я не каждый день беседую с членом Политбюро!..

Ботвин внимательно смотрит на помощника:

– Уточните, и, если в справке неправда, виновного строго наказать!

И обращаясь ко мне:

– Спасибо за беседу. Мы разберемся. Возможно, бюро еще раз вернется к рассмотрению вашего вопроса. Вас известят.

Ушел я окрыленный. Одновременно узнал о существовании какой-то справки. Что за бумага? Кто готовил? О чем в ней говорится?..

Позже удалось узнать, что в справке, которая лежала перед членами бюро во время заседания, значилось, что мой родной брат Ефим Абрамович Фельдман эмигрировал в Израиль, издал там мою книгу по кулинарии и готовит мой переезд в эту страну. Кто готовил эту фальшивку, до сих пор не знаю. Да и события в то время развивались стремительно.

Через неделю Ботвин был назначен послом в Чехословацкую

Республику, а в Киеве приступил к работе новый первый секретарь горкома Юрий Никифорович Ельченко. Никишенко меня вызвал и прямо сказал:

– Рекомендую никуда больше не соваться. Новый человек – не до тебя! Вопрос о работе не стоит – согласовано с Куликом. Походишь с выговором годик, затем снимут.

Я внял его совету. Потом все так и было. После всех этих перипетий откуда-то и прилепилась ко мне кличка Еврей «в законе». А после назначения на должность генерального директора Киевресторантреста она стала «визитной карточкой». До сих пор не знаю, как мне реагировать на это. А когда я не знаю, что делать, – ничего не делаю!

Деруны «Червона рута»

Сырой очищенный картофель натереть на мелкой терке, в полученную массу добавить муку, соль. Жарить на сковороде, смазанной маслом.

Грибы отварить, нарезать соломкой и обжарить с луком на растительном масле. При подаче поверх дерунов кладут жареные грибы с луком.

Картофель – 300 г, мука пшеничная – 20 г, лук репчатый – 40 г, масло растительное – 20 г, грибы сушеные – 5 г, соль, специи.

Печеный картофель, фаршированный сыром

Картофель положить на сковороду и запечь в духовом шкафу. С готового горячего картофеля срезать верхушки, вынуть внутреннюю часть, протереть ее, добавив масло, желток, тертый сыр, сметану, соль, перец. Приготовленной массой зафаршировать картофель. Посыпать тертым сыром и запечь.

Картофель – 3–4 шт., масло сливочное – 15 г, яйцо (желток) – 7 шт., сыр голландский – 10 г, сметана – 20 г, соль, специи.

Холодец домашний

Свиную голову и ножки тщательно смолят и чистят. С ножек срезают копытца. Подготовленную голову рубят на половинки или четвертинки, удаляют глаза, вычищают ноздри.

Ножки разрезают вдоль, все хорошо промывают, закладывают

в высокую кастрюлю, заливают холодной водой из расчета 1,5 л воды на 1 кг головы и ножек и варят на очень слабом огне на протяжении 6 часов. Во время закипания снимают пену. За час до окончания варки добавляют лук, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком и варят до готовности, чтобы мясо отделялось от кости.

Когда бульон отстоится, с него собирают жир и процеживают, разливают в другую посуду и добавляют толченый чеснок. Мясо отделяют от костей, нарезают мелкими кусочками, раскладывают в глубокие тарелки, заливают частью процеженного бульона и ставят в холодное место. После застывания холодец украшают фигурно нарезанной морковью и листиками петрушки, заливают оставшимся бульоном и снова охлаждают.

На 1 кг холодца

Голова свиная – 500 г, ножки свиные – 400 г, морковь – 40 г, корень петрушки – 40 г, лук репчатый – 40 г, чеснок – 5 г, лавровый лист – 0,2 г, перец черный горошком – 0,5 г, соль – 5 г, зелень петрушки – 5 г.

ПОЧТИ АНЕКДОТ

Ресторан «Горище» был открыт в 1978 году и сразу привлек к себе внимание публики. С одной стороны, очень необычный экстерьер и интерьер (художники и дизайнеры пытались воссоздать атмосферу чердака), с другой – непривычная для ресторанов кухня. Здесь подавали запеченную в духовке картошечку, капусту, помидоры и огурцы домашней засолки, шипящую на сковороде домашнюю колбасу, ароматный бигос с черносливом, копченостями, грибами и тмином, тминный напиток и множество других вкусных, интересных и давно забытых народных блюд.

И случилось так, что в этом ресторане руководство района принимало польскую делегацию. Я тоже присутствовал на этой встрече. Сидим мы в 8-местном кабинете, а напротив, через проход, расположен такой же кабинет, и в нем отдыхает какая-то компания. Поскольку мы находимся недалеко друг от друга, то волей-неволей слышно, о чем беседуют за соседним столом, особенно если говорят чуть громче обычного. И вот я слышу, как семь из восьми человек этой компании наперебой расхваливают ресторан: и кухню, и обслуживание, и интерьер. И только один все время брюзжит и постоянно чем-то недоволен: считает, что печеную картошку он может поесть и дома, ему хотелось бы в ресторане получить цельный кусок мяса, а не какие-то кости (они заказали бигос из свиных ребрышек)… Остальные гости его успокаивают и пытаются доказать, что все нормально, но он все время возмущается. В итоге я слышу, как он говорит официантке: «Позовите директора». Время было около полуночи, и директор ресторана, которой оставалось несколько недель до декретного отпуска, ушла домой немного раньше (отпросилась у меня, поскольку в зале делегация и директор треста). Официантка пригласила метрдотеля, тот объяснил, что директора нет и он готов принять и удовлетворить претензии клиента. Но посетитель был настойчив – требовал только директора. Назревал скандал. Поляки уже начали прислушиваться к тому, что происходило за соседним столом. Тогда я поднялся со своего места, подошел к гостю и говорю:

– Позвольте представиться, я – директор треста. Может быть, я устрою вас вместо директора ресторана?

Молчание. Затем, подняв со стола чашку кофе и протянув ее мне, посетитель спросил:

– Скажите, это кофе или помои?

– А вы сами не можете отличить?

– Не могу!

– Тогда какая вам разница!

Сидевшие за столом залились дружным смехом.

Жалобщик покраснел:

– Я этого так не оставлю!

И действительно, написал жалобу в горком партии. Мне пришлось объясняться и отписываться. Но эту анекдотичную историю вспоминаю до сих пор.

Бигос

Сушеные грибы промыть, залить холодной водой и оставить на 2 часа для набухания. Затем сварить их до готовности и нарезать. Квашеную капусту мелко порубить и припустить в небольшом количестве воды.

Свежую капусту порезать на квадратики, поставить в жарочный шкаф, прогреть до мягкости, посолить и смешать с квашеной капустой.

Сало и свинину обжарить, добавить нарезанные кубиками вареную колбасу, копченую грудинку, пассерованные томат-пасту, репчатый лук, вареные грибы, сахар, перец, соль. Все перемешать и тушить на слабом огне до готовности.

Для улучшения вкуса в бигос можно добавить красное сухое вино, чернослив, тмин.

Капуста свежая – 80 г, капуста квашеная – 70 г, грибы сушеные – 10 г, сало-шпик – 15 г, свинина – 120 г, грудинка копченая – 10 г, колбаса вареная – 10 г, чернослив – 15 г, лук репчатый – 20 г, томат-паста – 5 г, вино сухое красное – 5 г, морковь – 15 г, мука – 5 г, тмин, соль, специи – по вкусу.

Напиток тминный

Тмин перебрать, промыть, залить холодной водой и варить 30–45 минут при слабом кипении. Напиток процедить, добавить сахар, охладить до комнатной температуры, положить дрожжи и оставить для брожения на 12 часов. Охладить и заправить лимонной кислотой.

Тмин – 3 г, сахар – 30 г, лимонная кислота – 0,4 г, дрожжи – 1 г, вода – 200 г.

Чернослив с орехами

Чернослив вымыть, залить холодной кипяченой водой и поставить на 10–12 часов для набухания. Затем вынуть косточку и плод нафаршировать начинкой. Готовый чернослив залить майонезом или сгущенным молоком (в зависимости от начинки).

Приготовление начинки

Первый способ: чеснок порубить, добавить измельченные орехи и майонез.

Второй способ: орехи измельчить, добавить сгущенное молоко.

Чернослив – 10 шт., орехи грецкие – 2–3 шт., чеснок – $^1/_2$ зубчика, майонез или сгущенное молоко – 30 г.

ВСЕ ЛУЧШЕЕ – ДЕТЯМ

Социально-экономическое развитие СССР планировалось по пятилеткам. Партийные идеологи придумывали пятилеткам звучные названия. Вот и пятилетка 1976–1980 годов была озвучена как «Пятилетку – детям!».

Нужно сказать, что мысль о специализированном детском кафе зародилась у меня еще до этих лозунгов, но именно они перевели теоретические изыскания в практическую плоскость. В истории «Революция в Днепровском общепите» уже говорилось о том, что среди реконструируемых предприятий было и пять школьных столовых, но упомянуто об этом было вскользь. На самом деле из обычных, скучных комнат с вылинявшими стенами, потолками и щербатыми полами обеденные залы школьных столовых превратились в расцвеченные яркими красками и архитектурными изысками помещения, где не только приятно было пообедать, но и можно было провести дискотеку, школьный бал, любое другое культурно-массовое мероприятие. Нужно ли говорить о том, что процессу преобразований уделялось должное внимание и был применен комплексный подход. Ну а после таких заведений, как «Червона рута», «Горище», «Олимпиада-80», мысль о необходимости создания детского предприятия прочно засела в моей голове. К тому же у меня подрастала дочь Анна, а у нашего гениального архитектора-дизайнера Изяслава Сапожникова – дочь Лада.

Так из обычного кафе по улице Малышко, 15 мы решили сделать детское заведение «Сладкоежка». Основой интерьера стал древний город-крепость с бойницами, откуда время от времени появлялись на одну минуту персонажи детских сказок. В фалып-колоннах тоже были окошки со своими «жителями». Вокруг все время кто-то мяукал, лаял, рычал… Все элементы интерьера были напичканы электроникой, а ведь было только начало этой эры!

Впечатлений и восторга у посетителей «Сладкоежки» было море! Дополняла все это специально изготовленная мебель, детская посуда, форменная одежда (официантки были в костюмах сказочных героев) и масса разных деталей: изумительно оформленное детское меню, номерки в гардеробе и многое другое.

О меню хочется сказать отдельно. Здесь подавали крохотные пирожные, печенюшки, кексики, был представлен широчайший ассортимент мороженого со всевозможными добавками, соки-фреш, чай, кофе, какао, компоты, морсы, фрукты, муссы, желе, пироги и пирожки – всего не счесть!

Понятно, что в детском кафе не было ни капли спиртного! Но и без этого очередь у входа была всегда, а кондитерские изделия обеспечивали высокую прибыль (хотя, конечно, полновесные выгоднее из-за меньших трудозатрат).

Я уже говорил об очередях в рестораны, в частности в «Червону руту», о звонках с просьбами забронировать места, о банкетах, юбилеях, свадьбах и т. д. Но я даже представить себе не мог, что такие звонки станут меня буквально преследовать по поводу посещения «Сладкоежки». Хотя дело понятное: дети – самое дорогое в нашей жизни. Поэтому папы и мамы готовы были на все, чтобы порадовать своих чад, тем более что для многих ребятишек посещение «Сладкоежки» стало своего рода поощрением, премией за хорошее поведение и учебу.

Вот так мы выполнили призыв «Пятилетку – детям!».

«РАСЦВЕТАЙ ПОД СОЛНЦЕМ, ГРУЗИЯ!»

В то время я занимал должность директора Днепровского треста общественного питания. Однажды заходит ко мне секретарь и докладывает, что пришел какой-то кавказец и просит принять его. Приглашаю. Гостем оказался директор объединения столовых из Тбилиси, находившийся в Киеве на Всесоюзных курсах повышения квалификации работников торговли и общественного питания. Он рассказал, что преподаватель на курсах много говорил об опыте работы Днепровского треста, в частности о перепрофилировании столовых в рестораны, кафе, и просил, если можно, посмотреть несколько предприятий в сопровождении одного из работников треста, а транспорт (такси) он обеспечит в любое время.

Выслушав просьбу, говорю:

– Генацвале! Вместо одного из работников предлагаю себя. А за транспортом дело не станет!

Реакция конечно же последовала кавказская:

– Брат, друг, приезжай в Тбилиси, я тебя с мамой познакомлю!

В итоге объехали мы не менее десятка предприятий, в том числе заглянули в шашлычную «Казбек», отобедали в ресторане «Олимпиада-80». Мой гость был поражен приемом, обслуживанием и работой наших ресторанов. А для меня эта история стала началом крепкой (уже более тридцати лет) дружбы с Георгием Шалвовичем Заалишвили. Очень скоро к нам присоединился его коллега, тоже житель солнечного Тбилиси Омар Давыдович Осикмашвили. За тридцать лет, прошедших со времени нашего знакомства, не менее тридцати раз я бывал в Тбилиси и других замечательных местах этой дружелюбной, гостеприимной страны, приобрел там множество друзей и почти досконально изучил национальную кухню. Грузинские друзья десятки раз гостили у меня, приезжали на свадьбу моей дочери. Дни грузинской кухни, проводимые в Киеве, и украинской – в Тбилиси еще больше укрепили эту дружбу. Дочь Омара Нато вышла замуж за киевлянина и сейчас живет в нашем городе и работает заместителем директора ресторана «Kidev» (старое название – «Любава») на Бориспольской трассе. В ресторане отменная грузинско-украинская кухня. Из грузинских блюд мне больше всего нравятся хинкали и толма. И конечно же сегодня они представлены и в меню ресторана «Будьмо!».

А вот и их рецептуры (адаптированные к украинским реалиям).

Толма

Свинину и говядину пропускают через мясорубку, добавляют измельченную зелень кинзы, базилика, мелко нарезанный репчатый лук, смесь хмели-сунели, молотый черный перец, соль и промытый сырой рис. Вымешивают фарш. Виноградный лист заливают кипятком и оставляют в горячей воде на 5–8 минут, вынимают из воды и охлаждают. На подготовленные виноградные листья выкладывают фарш и заворачивают в виде треугольников. Толму плотно укладывают в сотейник, дно которого выстлано листьями винограда. Заливают куриным или мясным бульоном так, чтобы жидкость слегка покрывала толму. Варить на слабом огне 40 минут с момента закипания.

Толму подают с айраном или сметаной, в которую добавляют толченый с солью чеснок.

На 1 порцию

Виноградные листья – 80 г, говядина – 50 г, свинина – 50 г, рис – 10 г, зелень – 5 г, лук репчатый – 30 г, чеснок – 5 г, сметана или айран – 30 г, соль, перец по вкусу,

Хинкали

Для теста: 1 стакан пшеничной муки, 1 стакан воды, 1 яйцо, соль по вкусу.

Для фарша: говядина – 300 г, свинина – 200 г (или смесь баранины и говядины), лук репчатый – 350 г, мясной бульон, кинза, зира, соль по вкусу.

На деревянную доску просеять муку, собрать ее холмиком, сделать в центре его углубление, влить в него стакан теплой воды, добавить 1 яйцо, щепотку соли, замесить тесто и поставить его закрытым на созревание на 20–30 минут.

Для приготовления фарша мелко нарубить или пропустить через мясорубку с крупной решеткой мясо вместе с репчатым луком. Получившийся фарш разбавить заранее заготовленным мясным бульоном. Добавлять столько, сколько мясо может впитать, – именно таким способом внутри хинкали появляется знаменитый сок. Приправить фарш солью, черным молотым перцем, зеленью кинзы, зирой.

Полученное тесто раскатать на доске тонким слоем и вырезать из него кружочки величиной с десертную тарелку. Начинка на лепешке должна быть примерно равной весу теста. Очень важно, чтобы тесто в готовых хинкали не порвалось. «Закрывают» хинкали, собирая концы в маленькие складочки. На

верхушке такого большого пельменя необходимо оставить небольшой хвостик, за который его будет удобно держать при еде. Подготовленные таким образом хинкали опустить в слегка подсоленную кипящую воду и варить при слабом кипячении 10–15 минут. Вынимать деревянной ложкой, стараясь не повредить оболочку, чтобы не вытек сок. Подают их на стол горячими, посыпав черным молотым перцем.

Эти занимательные грузинские пельмени можно есть только руками, особенно если вы сидите за столом со знающими людьми. Как бы ни обжигали хинкали пальцы, ни в коем случае нельзя ждать, остывшие хинкали – уже не хинкали. А самое главное – надкусить хинкали так, чтобы не пролить ни капли чудесного мясного сока, скопившегося внутри.

ПЬЯНСТВУ – БОЙ!

Мое назначение на должность генерального директора Киевресторантреста совпало с выходом знаменитого горбачевского указа «О борьбе с пьянством и алкоголизмом». Знаменательно!

Наше поколение помнит (а молодые прочитают), как вырубались виноградники, какие стояли очереди за спиртным (отсюда – спекуляция), какими смешными казались не приводящие ни к какому результату ограничения продаж алкоголя в одни руки, по возрасту, времени суток и т. д. Ну а рестораны, естественно, оказались на переднем плане этой борьбы.

И прежде всего речь шла о запрете отпуска более 100 граммов спиртных напитков на одного человека. Принес официант более 100 граммов водки – уволить!

Позволил посетителю налить из прихваченной с собой бутылки – уволить! Продал навынос – уволить! Пьяный за столом – официанта уволить! И все это без всяких разбирательств и выяснения причин.

Нужно ли объяснять, что меры дисциплинарных взысканий (вплоть до увольнения) применялись и к руководящему звену. И следует ли говорить о том, какой находчивый и смекалистый наш народ: на любой яд он находит противоядие, на каждый закон – способ, уловку его обойти.

Вот и стали официанты приносить на столы темно-зеленые бутылки с надписью «Миргородская», в которых была отнюдь не минералка; фарфоровые заварные чайники и кофейные чашки с коньяком вместо чая и кофе. Была масса и других ухищрений.

Не отставали от работников ресторанов и посетители. Как принести спиртное с собой, их учить не приходилось – алкоголь наливали даже в грелки. А уж как выпить, чтобы никто не увидел, – задача совсем простая. Доходило до того, что, глотнув огненной воды в туалете, возвращались к столу за закуской.

Хоть таможню организовывай в ресторане!

Запретный плод сладок! И все ограничения приводили лишь к еще большему пьянству! Интересная получалась картина: в ресторане никто не пьет, а пьяных – тьма!

От всей этой глупости выигрывали в первую очередь официанты, которые получали баснословные чаевые за то, что «ничего не видят», а также за содействие (сами приносят). Неудобство заключалось лишь в том, что при предоставлении счета в нем должны были отсутствовать спиртные напитки,

которые были поданы. Об этом следовало договариваться двум сторонам, из которых одна другую проконтролировать никак не могла, в результате процветали массовые обсчеты (это кроме чаевых).

Очень характерен для той поры один курьез, приключившийся со мной. Киевресторантрест проводил партийно-хозяйственный актив (фразеология того времени, а по-простому – совещание руководящих работников ресторанов и секретарей парторганизаций). Обычно на таких активах присутствовали первые лица городских партийных органов и руководство горобщепита. Актив проходил в кафе «Эврика» (ныне – ресторан «Казбек» на проспекте Леси Украинки).

Делаю доклад о текущем положении дел и перспективах. В минуту передышки решил выпить глоток воды. На трибуне стоит бутылка «Миргородской» и пустой фужер. Наливаю из бутылки, отпиваю и – о боже! – мне обжигает горло водка!

Одни поняли, почему я поперхнулся, другие даже ни о чем не догадались, но мне пришлось отшучиваться: «Если наливаете, то хоть какую-нибудь закуску поставьте».

Потом выяснилось, что буфетчица этого кафе перепутала бутылки с минеральной водой и своими «заготовками» на вечер.

Антиводочная эпопея породила множество нелепостей, но в конце концов она закончилась, и рестораны стали работать с гораздо меньшим напряжением.

В РЕСТОРАН ПРОХОДИЛИ БОЧКОМ…

В 80–90-х годах прошлого века ресторанная отрасль ожила. Началась перестройка, стали открываться кооперативы, был разрешен частный бизнес. На Украину хлынул поток иностранных туристов. У народа появились деньги, и посещение ресторана для многих стало делом обыденным. Даже скромные доходы позволяли отпраздновать день рождения, отметить встречу с друзьями, провести вечер с любимой в непринужденной обстановке.

Беда была в одном – сами заведения за этим прогрессом не успевали. 70 киевских ресторанов, особенно центральные – «Киев», «Динамо», «Украина», «Столичный», «Москва», «Лейпциг», «Краков», – не в состоянии были обеспечить местами всех желающих. Даже в будние дни, не говоря уже о выходных, по вечерам у дверей ресторанов выстраивались очереди желающих. Швейцар, руководивший толпой людей, мечтающих попасть внутрь помещения, стал неотъемлемой фигурой киевских ресторанов. Он, когда нужно (за мзду, конечно), приоткрывал

дверь на самую малость, и очередная пара должна была боком протиснуться в предлагаемую им щель (чтобы не допустить прорыва в центре).

Должен признаться, что борьба администрации со швейцарами носила переменный характер, ведь при таком дефиците мест порядок в ресторане нужно было все-таки поддерживать. Соответственно, швейцары в какой-то мере помогали решать эту проблему.

Пробовали – знаем! Сразу же находятся дополнительные столы, стулья (из подсобных помещений, кухни, буфета). Зал был набит битком, как сельди в бочке. Неустроившиеся бродили по залу в поисках свободного столика, часто в верхней одежде, так как и гардероб не мог вместить вещи всех желающих. Официанты были заняты не столько обслуживанием, сколько поисками мебели и уголка для пристанища новых клиентов.

Я тогда занимал должность генерального директора Киевресторантреста, и звонки с просьбой забронировать в ресторане места или залы для проведения свадеб и банкетов настигали меня повсюду. Телефонная техника того времени не позволяла определять номер звонившего, поэтому зачастую я даже не знал, кто мне звонит. На работе обстановку частично разряжал секретарь, но представители номенклатуры предпочитали решать вопросы напрямую, и приходилось буквально разрываться, пытаясь выполнить все эти просьбы. А что уж говорить о таких праздниках, как Новый год, 8 Марта, 1 Мая и 7 Ноября?

В общей сложности в ресторанах, кафе и барах города было 5 тысяч мест. А требовалось минимум 50 тысяч, и то спрос не был бы удовлетворен.

Порядок был заведен такой. В орготделе Киевресторантреста каждому празднику предшествовала специальная разнарядка для ресторанов, в которой каждому заведению отводилась своя доля забронированных мест – от 5 до 30 %. В таких ресторанах, как «Киев», «Динамо», «Украина», «Москва», «Столичный», руководству для их нужд (а их ведь тоже атаковали просьбами) оставлялось не более 20–30 мест. В специальных шахматках и только по моему личному указанию отмечались зарезервированные места под конкретные фамилии.

Ну, в общем, вспоминаю все это как дурной сон. И я очень рад, что сегодня этого нет: в Киеве уже около тысячи ресторанов, и места зачастую пустуют. Я даже по этому поводу люблю пошутить: заходя в почти пустой зал, обращаясь к официантам, вопрошаю: «Свободные места есть?»

Сейчас у нас в ходу модное словечко «коррупция». Вот это

определение как нельзя лучше подходило под «бронирование» мест в ресторанах в те годы. И оказалось, что такую коррупцию победили не правоохранители, а экономика.

Может, и с остальными видами коррупции мы не так боремся?!!

КУЛИНАР-ДИПЛОМАТ

В 1992 году (время расцвета клуба «Деловые встречи») довольно неожиданно ко мне обратился бывший сосед по студенческому общежитию Яков Пинсон (после окончания института он был направлен на работу в Полтаву). Яков приехал в Киев специально для беседы со мной. Сопровождали его два субъекта довольно-таки странного вида – сразу было видно, что это какие-то религиозные деятели (длинная черная одежда, черные шляпы, пейсы, косички). О хасидах, надо сказать, мы в то время знали только понаслышке. Также следует упомянуть о том, что после распада Советского Союза, разорвавшего дипломатические отношения с Израилем после 6-дневной арабо-израильской войны (5–10 июня 1967 года), молодое украинское государство к тому времени их еще не установило. Пинсон говорил, что много слышал о клубе «Деловые встречи», который посещают известные политики, и он рассчитывает на мои еврейские корни. Речь шла о том, чтобы помочь евреям-хасидам из Израиля обеспечить беспрепятственное паломничество к могиле святого цадика Нахмана, похороненного в Умани, и наладить при этом инфраструктуру проживания, питания, транспорта и т. д.

Хасиды предлагали организовать поездку группы влиятельных украинских евреев в Израиль для встреч на высшем уровне с хасидскими лидерами, занимавшими ответственные посты в правительстве. Также они предлагали выработать совместный пакет-проект предложений для правительства Украины с тем, чтобы это являлось началом установления дружественных отношений между двумя странами.

Мне нужно было подумать и с кем-нибудь посоветоваться. А с кем еврею советоваться по еврейскому вопросу? Конечно же с евреем. Среди близких друзей-евреев были известный дизайнер мужской одежды, один из первых капиталистов Украины Михаил Воронин, государственный чиновник высокого ранга Михаил Резник и известный адвокат Альберт Розенблит.

Благодаря Михаилу Воронину мы смогли дойти до самого президента Украины Леонида Кравчука. К тому времени по дипломатическим каналам уже прорабатывались вопросы о двусторонних отношениях между Израилем и Украиной, и наше предложение оказалось как нельзя кстати.

В итоге поездка состоялась (в упомянутый выше состав был включен еще один наш общий друг, не еврей, а просто мудрый человек и известный бизнесмен Тариэл Васадзе), ее результаты в

дальнейшем привели к должному развитию. Но это тема отдельной истории, а запомнилась она прежде всего неизведанной ранее израильской кулинарией и финальным комическим эпизодом.

Перед отъездом израильтяне подарили каждому из нас по Торе – главной религиозной книге евреев (конечно же написанной на иврите). Тора весила 10 килограммов. Незадолго до отъезда из гостиницы мы снесли все вещи в один номер, и я отправился в близлежащую сувенирную лавку потратить оставшиеся шекели. Пришел в номер перед самым отъездом автобуса в аэропорт. Все члены нашей делегации уже погрузили свои чемоданы в автобус – ждут только меня. Я быстренько поднялся в номер, ухватился за чемодан, но сдвинуть его с места не смог. Ничего не понимаю! Открываю, и – о боже! – все пять экземпляров Торы (50 килограммов) лежат в моем чемодане. Друзья подшутили! Что делать?! Первой мыслью было выложить их и оставить в номере. Но ведь это могло привести к дипломатическому скандалу!..

Как вышел из положения, не расскажу. Пусть каждый, кто будет читать эти строки, додумает сам.

А вместо этого я приведу рецепты двух наиболее распространенных израильских блюд, которые мы за неделю пребывания пробовали не раз и которые оставили у нас яркие впечатления. Это конечно же фалафели и хумус.

Фалафели – небольшие жареные шарики из гороха с добавлением специй, лука, чеснока и трав. В Израиле фалафели продают на улицах завернутыми в питу с нутовой пастой, соусом тахини и салатом.

Готовят их так.

Фалафель

Порция на 4 человека

250 г гороха (замачивается на 8 часов в холодной воде). К нему добавляем небольшую мелко нарезанную луковицу, зубок чеснока, $^1/_2$ чайной ложки муки, по $^1/_2$ чайной ложки молотого тмина и кориандра, соли, 2 столовые ложки нарезанной петрушки и все это протираем в блендере (миксере) до консистенции густой пасты. Затем из этой пасты делаем ровные шарики объемом в 2 раза меньше, чем бильярдный шар, и обжариваем их во фритюре до образования румяной корочки.

Хумус

Смешать в блендере (миксере) до получения пастообразной массы 400 г генута (вид гороха), 2 столовые ложки тахины (паста из белого кунжута), 2 столовые ложки лимонного сока и 1 измельченный зубчик чеснока. Затем добавить по вкусу соль и немного оливкового масла, чтобы масса стала кремообразной.

МОЕ ОТКРЫТИЕ АМЕРИКИ

В 1986 году Киев направил в Америку делегацию в составе пяти человек. Целью визита было подписание с властями Чикаго договора о городах-побратимах (вопрос был проработан по дипломатическим каналам). Возглавлять делегацию должен был мэр Киева Валентин Згурский, но в последний момент что-то произошло, и главой был назначен его заместитель Валерий Баруленков. В состав делегации был включен и я. Посетили мы четыре города: Нью-Йорк, Даллас, Чикаго и Вашингтон.

Впечатлений масса, но не хочу уходить в сторону от ресторанной тематики. Встречали нас везде радушно, и в основном это были представители украинской диаспоры. Во время одного из ужинов члены делегации сидели за столами с представителями диаспоры в ресторане «Дом мясника». Вместе со мной за одним столиком ужинали бизнесмен-миллионер с супругой. Мы заказали закуски и стейки. Когда основное блюдо принесли, я понял, что осилить его под силу только специально тренированным или изголодавшимся людям – весили стейки по 700 граммов. Я съел от силы четвертую или третью часть, примерно столько же осилила жена американца. Сам он смог справиться с половиной блюда. Спустя некоторое время американец осведомился, не буду ли я доедать свою порцию. Я ответил отрицательно, после чего он вилкой подцепил остаток стейка из моей тарелки и положил в свою, а затем повторил эту процедуру со стейком жены. После этого подозвал официанта и попросил сложить все это, чтобы забрать с собой. Тот все упаковал в специальную посуду, и я понял, что в американских ресторанах такая процедура – обычное дело, технология отработана. Правда, в тот момент миллионер, уносящий из ресторана остатки еды, вызвал у меня шок!

Может, он уносил это для собаки – не важно, но уносил! Такого в наших ресторанах никто еще не практиковал – как-то неудобно перед другими посетителями, да и завернуть не во что…

А сейчас в отечественных заведениях такая практика стала привычной, существует для этого и специальная пластиковая посуда, стоимость которой вносится в счет.

В Вашингтоне представители диаспоры решили угостить нас обедом в национальном ресторане, находившемся в украинском квартале.

Снова мы сидели за столами в окружении людей, настроенных радушно, но все же ощущалась определенная

натянутость в общении – это все же были представители диаспоры, а не эмиграты новой волны. Отовсюду слышалось: «Занедбали те, занедбали це…» Речь шла о школах, о языке и т. п. Шутки перешли в упреки и нападки, нужно было как-то отбиваться. И тут подали вареники, нужно отметить, что были они очень-очень «середненькі». Когда пришло время мне выразить свое мнение о дискуссии, я не сдержался и сказал: «Во-первых, относительно языкового вопроса, хочу заметить, что при входе висит надпись «Welcome». Это в украинском-то ресторане? Во-вторых, меню здесь на английском языке и даже слово «вареники» написано неверно: «varenucu» – как это разобрать? Ну а в-третьих, во всем мире вилки имеют четыре зубца, а у вас – три. В этом заключается ваша «українськість»? Поэтому предлагаю закончить дискуссию, а я пойду на кухню и приготовлю вам настоящие вареники, которые так любят у нас в Украине».

Мне предоставили такую возможность, и я быстренько налепил для дегустации с полсотни вареников с капустой (фарш использовал уже готовый, доведя его до нужного вкуса) и немного – с лучком, спассерованным на сале. Попробовав настоящих украинских вареников, дискутирующие попритихли, и атмосфера стала достаточно дружелюбной.

В конце вечера ко мне подошел один из «патриотов» и говорит: «Ви дуже розумна людина, з вами приємно спілкуватися, і я бажаю подарувати вам книгу про Берію». Я ему отвечаю: «Дуже дякую, але навіщо мені Берія? От якщо ви подарували б мені книгу про кулінарію, то я був би дуже вдячний».

На следующий день мы уезжали из гостиницы в аэропорт очень рано – в 7:00, но мой новый знакомый уже ждал меня, чтобы вручить книгу по кулинарии на английском языке. В дальнейшем она мне очень пригодилась.

После той поездки я не единожды бывал в Америке, особенно в годы, когда мой близкий друг Михаил Резник работал в Вашингтоне сначала руководителем торгово-экономической миссии при посольстве Украины в США, а затем и в должности чрезвычайного и полномочного посла Украины.

Главные профессиональные впечатления:

– национальной кулинарии в Америке нет, как и не может быть при таком конгломерате национальностей, но представительство различных национальных кухонь очень впечатляет. Причем шеф-повара и повара таких заведений в основном – аборигены представленных стран, и это во многом предопределяет вкусовые качества национальной еды;

– к сожалению, украинская кухня очень слабо представлена в Америке, хотя наша диаспора там довольно многочисленна.

КОФЕ У ЯКИМОТО

В 1994 году бывшее Министерство торговли, преобразованное в Министерство внешнеэкономических связей, организовало поездку ответственных работников ведомства и группы бизнесменов по странам Юго-Восточной Азии, Австралии с целью установления контактов и поиска взаимовыгодного сотрудничества. В состав делегации был включен и я.

Мы посетили пять стран, от которых у меня осталась масса кулинарно-ресторанных впечатлений, но расскажу только об одной истории.

В столицах каждой из посещаемых нами стран организовывались встречи с местными бизнесменами, после которых следовали приемы, то есть обеды или ужины. Во время такого приема в Джакарте (Индонезия) за одним столом со мной сидел индонезийский ресторатор. Он комментировал все блюда, подаваемые на стол, и живо интересовался возможностями инвестиций в Украину в этом направлении.

Обед заканчивался десертом и кофе. Но мой собеседник, когда подали напиток, внезапно меня остановил и сказал, что если я не против, то кофе выпьем у Якимото. Я конечно же не возражал.

Из-за огромнейших транспортных пробок в столице, несмотря на эскорт из двух полицейских автомобилей, обеспечивающих наше передвижение, к Якимото мы ехали два часа. Наконец добрались. Это оказалась кофейня с довольно изысканным интерьером, свободных мест практически не было, но нас ждал зарезервированный столик. Подали меню, и мой визави предложил выбрать кофе. Я просмотрел довольно-таки обширный перечень и решил положиться на его вкус.

Когда принесли наш заказ, я отметил, что кофе хорош, но все-таки не настолько, чтобы за ним ехать два часа. Я долго колебался, но любопытство все же взяло верх, поэтому спросил, в чем же все-таки отличие этого кофе от того, который нам подали во время приема. Ответ был простым и нелепым. Оказалось, что кофе, который мы пили, стоил 32 доллара за чашечку, а в ресторане нашего отеля его подавали за 4 доллара.

Больше я вопросов не задавал, а ответил на них сам. По-видимому, посещение такого заведения придавало клиенту особый имидж богатого человека. И в какой-нибудь беседе он мог небрежно сказать: «Вчера, когда я пил кофе у Якимото…»

В дальнейшем я не раз встречал такие заведения, где платят не за качество и сервис (это само собой разумеется), а именно за

атмосферу, имидж.

УКРАИНА В МОСКВЕ

Инициаторами открытия в Москве первого украинского ресторана (не считая имевшегося в то время и довольно слабо представлявшего нашу культуру и кухню заведения при гостинице «Украина») явились знаковые фигуры: отличный ресторатор, дизайнер-художник француз Анрей Деллос и известный продюсер Первого российского телеканала (ОРТ) Константин Эрнст. Ресторан под названием «Шинок» открылся в самом центре Москвы. Его интерьер выполнен в украинском национальном стиле – округлое здание с окнами, выходящими во внутренний дворик, где гуляют лошадь, коза, есть пруд и все атрибуты крестьянской жизни. К тому же в «Шинке» подают блюда настоящей украинской кухни, поэтому он очень быстро завоевал популярность у москвичей.

Откликнувшись на просьбу Эрнста помочь в организации работы ресторана, в качестве инженера-технолога в Москву мной была отправлена в командировку (а затем и осталась там жить) шеф-повар ресторана «Винничанка».

В то время в Киеве работал и частенько захаживал в клуб «Деловые встречи» руководитель одного из ведущих украинских телеканалов «1 + 1» Александр Ефимович Роднянский, который, по-видимому, был связан то ли творческими, то ли бизнесовыми узами с Константином Эрнстом. Зная о часто проводимых в клубе Днях кулинарного искусства (в том числе и Днях еврейской кухни), он передал мне просьбу Эрнста приехать в Москву, чтобы дать профессиональные консультации в работе ресторана «Шинок».

На просьбу я откликнулся, и вот мы с Константином Эрнстом обедаем в «Шинке». Одно из его пожеланий заключалось в том, чтобы в меню ресторана была отдельная страница с еврейскими блюдами. Мотивировал он это тем, что в украинских местечках, таких как Коростень, Бердичев, Гайсин, Коростышев, Радомышль и др., украинцы жили рядом с евреями, причем еврейского населения было иногда не меньше, чем украинского, а отсюда и переплетение двух кулинарий.

Конечно же все было сделано в соответствии с видением учредителей ресторана. Несколько раз в Москву ездила шеф-повар клуба «Деловые встречи» Елена Александрович для отработки на кухне «Шинка» технологии приготовления еврейских блюд. Благодарность москвичей была искренней.

РЕСТОРАН-КЛУБ «ДЕЛОВЫЕ ВСТРЕЧИ»

Время неумолимо диктовало свое. Самыми популярными были слова «кооператив», «совместное предприятие», «аренда», «приватизация». Понятно стало, что Киевресторантрест – это анахронизм, и нужно шагать в ногу со временем, хочешь ты этого или нет.

Согласовав свои действия с городскими властями, я объявил ресторанам «вольную» и рекомендовал, что именно надлежит им предпринимать. Это время совпало и с моим решением стать на путь предпринимательства. Многочисленные предложения от директоров ресторанов о совместной работе (войти в состав учредителей) были решительно отвергнуты из этических соображений. Надлежало думать…

Решение пришло неожиданно. И продиктовано оно было ситуацией того смутного времени – деловая жизнь процветала, бизнесменов становилось все больше, соответственно, прямо пропорционально их количеству, возрастала необходимость контактов между деловыми людьми. А лучшего способа обсудить намерения и проблемы, чем совместный обед или ужин, трудно было придумать. К тому же следует учесть, что в тот период далеко не каждый предприниматель мог похвастаться собственным офисом с комнатой переговоров. На Западе деловая встреча в ресторане – кто бы ни был твой визави (чиновник, бизнесмен, сенатор) – дело обыденное. У нас же в то время газеты пестрели компроматами на политических конкурентов, репортажами с мест боевых действий «братков» (убийства, грабежи, похищение бизнесменов, злостное хулиганство) и другими отнюдь не ласкающими глаз событиями. В этих условиях посещение ресторанов становилось опасным даже для крупных бизнесменов, содержавших личную охрану.

Кроме того, рестораны той эпохи не были удобным местом для проведения переговоров. В вечернее время музыка не давала возможности вести беседу, да и сама обстановка (знакомые, официанты) не располагала к деловому общению. Рестораны продолжали оставаться заведениями для гуляний, а отнюдь не для неспешных бесед. Да и сама еда из-за общей разнузданности, неопределенности и бесконтрольности персонала стала едва ли удобоваримой.

Тогда-то у меня и родилась мысль о создании ресторана для деловых встреч. А для того чтобы оградить его от случайных посетителей, придать статус клуба, я решил организовать что-то наподобие западных клубов.

Для организации такого ресторана-клуба как нельзя более подходило помещение, в котором располагался Киевресторантрест. Это был двухэтажный флигель в историческом центре города, по улице Круглоуниверситетской, 5.

Данному решению способствовало и то, что тогда на помещение никто не претендовал и оставшийся коллектив Киевресторантреста, состоявший из семи человек, взял этот объект в аренду с правом последующего выкупа. Правда, здание было построено еще в 1877 году каким-то купцом для одиноких стариков. Первый этаж дома был кирпичный, а второй – деревянный, поэтому какие-либо реконструкции и перепланировки (перенос стен и т. д.) осуществить было невозможно.

Для эстетического оформления всего здания (фасады, интерьеры) я привлек все того же Изяслава Михайловича Сапожникова, который руководил до этого всеми ресторанными стройками в Днепровском районе и стал для меня уже не подчиненным, а товарищем и соратником.

Конечно же опять был озвучен лозунг «Сарынь на кичку!» (финансирование велось за свой счет), и без всякого проекта, на глазок было проведено чуть ли не волшебное превращение офисного здания в ресторан-клуб «Деловые встречи».

Кабинеты (бухгалтерия, ОКС, отдел кадров и т. д.) стали маленькими банкетными залами с тематическим оформлением под названием «Мисливський», «Світлиця», «Дзеркальний», «Акула пера», «Карпати», «Затишок» и т. д. Всего таких залов было десять. Кроме того, было оборудовано два комфортабельных двухкомнатных гостиничных номера.

При клубе открыли небольшой магазин деликатесов, сувенирную лавку, казино на два стола – блек-джек и рулетка. Так называемый красный уголок, вмещавший в себя более семидесяти человек, в котором я, будучи руководителем Киевресторантреста, проводил планерки с директорами предприятий, был переделан под кухонный блок. Было найдено место во дворе и в подвалах здания под склад и другие подсобные помещения.

Главным условием при создании такого ресторана должно было стать соблюдение конфиденциальности встречи. Для выполнения этой задачи создали систему автономных кабинетов и соблюли ряд дополнительных условий, ограничивающих возможность общения клиентов из разных кабинетов между собой. Так, например, заказы на обслуживание в нашем ресторане принимались с учетом 30-минутного интервала между приходом гостей. Чтобы клиенты не встречались друг с другом, расчет

производился таким образом, чтобы посетители из разных залов не выходили из ресторана одновременно. Само собой разумеется, что деловой беседе мешают музыка, шум в зале, беспрерывное движение официантов и остальных гостей. Все это было исключено в «Деловых встречах». Даже телевизоры в залах включались только по желанию самих гостей в особых случаях (выступления ведущих политиков, новости, футбольные матчи).

Обслуживающему персоналу нашего ресторана была присуща особая этика: официант не заходил в кабинет, пока его не позовут. Для этого была предназначена специальная кнопка на столе, которая была частью специальной радиоэлектронной системы «вызов официанта».

Такая элитарность заведения должна была подразумевать соблюдение этикета в обслуживании и изысканность блюд.

Основной акцент в меню делался на блюда украинской кухни. При этом учитывался как интерес к кулинарным предпочтениям иностранных гостей, так и пожелания наших соотечественников.

Решив создать клуб для деловых людей, я задался вопросом о том, что для моих клиентов является главным в ресторанном обслуживании. Проведя специальный опрос ряда бизнесменов, я понял, что главное – это возможность не думать о том, куда поехать пообедать, не беспокоиться о наличии свободных мест, режиме работы заведения и затратить на все это как можно меньше времени.

Чтобы выполнить эти условия, мы создали не просто ресторан, а ресторан-клуб, в котором членам клуба обеспечивается возможность беспрепятственного посещения в любое время суток и где конечно же гость может рассчитывать не только на скорость обслуживания, но и на особое отношение к нему. Для нас обычной стала ситуация, когда член клуба звонил, сообщал, что будет через 10–15 минут, и просил приготовить его любимое блюдо.

Повседневной практикой стал заказ блюд на дом или в дорогу. Для этого у нас имелась специальная посуда и упаковочные материалы. Особым успехом в этом направлении пользовались жареные и печеные пирожки с разными начинками (мясом, капустой, горохом, яйцами с луком, маком, изюмом, курагой, яблоками и др.). Для торжественных случаев – презентаций, юбилеев, других праздничных дат и событий – мы разработали более пятидесяти видов канапе (маленькие бутерброды) на шпажке и салатов в корзиночках из теста. Очень эффектно выглядели на столах (не говоря уже о вкусовых качествах) наши специальные банкетные блюда: поросенок,

фаршированный гречневой кашей со шкварками; утка, фаршированная яблоками; фаршированные осетр или щука; свиная корейка и окорок, запеченные целиком; заливные грибы с креветками и многое другое.

Помимо кулинарной деятельности нашего заведения, мы всегда готовы были помочь членам клуба «Деловые встречи» и их деловым партнерам в налаживании контактов с другими бизнесменами, исполнительными структурами, а также старались быть полезными во всем, что могло помочь их бизнесу.

Необходимость такого заведения стала очевидной после того, как мы вынуждены были ограничить прием новых членов в клуб, ибо главное преимущество ресторана такого формата – возможность воспользоваться его услугами в любое время суток, а наличие всего десяти кабинетов такую возможность ограничивало. На протяжении первого года работы дважды складывалась ситуация, когда все десять кабинетов оказывались занятыми, и если бы кто-то из членов клуба захотел воспользоваться своими правами, возникла бы проблема. Слава богу, что этого не произошло.

В дальнейшем мы очень тщательно регулировали процесс приема заказов (клиентов с улицы в нашем клубе не было вообще).

Вспоминая те годы (1993–1995), мы можем сегодня гордиться тем, что трудно было назвать фамилию человека из действующего в ту пору политического и делового истеблишмента, который не воспользовался бы хоть раз услугами клуба «Деловые встречи». Но стоит отметить, что в соответствии с уставом клуба его членами могли стать только юридические лица. И их имена тоже довольно известные. Это десять крупнейших финансовых учреждений, среди которых Первый украинский международный банк, «АЖИО», «ИНКО», Легбанк, Народный, Киево-Печерский банк и др. Также членами нашего клуба были ЧАЭС, Южно-Украинская, Запорожская, Ривненская электростанции, Черкасское объединение «Азот», корпорация «УкрАвто», фирмы «Славутич», «Мариам», «Украгробизнес», «Укринтерцукор», «Михаил Воронин», «Укрзерноимпекс» и много других, уже заметно проявивших себя на деловом небосклоне.

Время шло. Рос бизнес, и с ним росли бизнесмены. У многих уже появились и собственные офисы, и обустроенные конференц-залы для переговоров, и личные повара. Росла и сеть ресторанов, географическое расположение и разнообразие кухонь которых делало их предложения более приемлемыми для деловых людей, ценящих свое время. Постепенно стала налаживаться и система безопасности, а походы в рестораны превратились в обычное

повседневное дело. Ажиотаж вокруг клуба «Деловые встречи» стал утихать. Кроме того, неумолимо приближался срок окончания эксплуатации старинного здания, в котором находился клуб. Поддерживать его на достойном и безопасном уровне становилось все сложнее, и в 2004 году оно было снесено. Клуб переместился на территорию приватизированного еще в апреле 1997 года ресторана «Винничанка» (отдельная история), который позже был реконструирован и реструктуризирован в ресторан «Будьмо!», где и функционирует по сей день.

Услугами ресторана «Будьмо!», и особенно его дочерней компании «Бизнес-кейтеринг», сегодня пользуются многие члены клуба «Деловые встречи» (кстати, сама компания называется «Ресторан-клуб «Деловые встречи Люкс»). Кроме того, у нас наработана и новая клиентура, среди которой множество известных политиков, предпринимателей, журналистов, звезд шоу-бизнеса.

«КАНАДИЕН-ЭКСПРЕСС»

В Киеве я познакомился с одним канадским бизнесменом, бывшим киевлянином, приехавшим на Украину, чтобы организовать бизнес по пошиву обуви – в Торонто у него была своя обувная фабрика. Звали моего бывшего соотечественника Леон Циллер. Ему удалось наладить бизнес в городах Алчевск, Днепропетровск, Днепродзержинск, Киев. Одновременно он стал одним из активных посетителей клуба «Деловые встречи».

Как-то Циллер пригласил меня побывать у него в гостях в Торонто. До этой поездки, бывая в Америке и Европе, я сталкивался с уличными продавцами хот-догов, но как-то не обращал на их работу особого внимания. В Торонто же (а я гостил там две недели) этот вопрос меня заинтересовал. В свою очередь я привлек внимание Леона Циллера к столь интересному виду бизнеса. Позже выяснилось, что в Торонто существует завод по производству тележек для изготовления и продажи хот-догов. И мы с Циллером решили создать совместное украинско-канадское предприятие по продаже хот-догов. На этот счет составили договор, суть которого была такова: Леон от канадской стороны оплачивает все расходы по приобретению, отправке и растаможке тележек для хот-догов, а украинская сторона в моем лице берет на себя все хлопоты по узакониванию этого бизнеса и расходы на его адаптацию к украинским реалиям. После этого мы побывали на заводе, познакомились с хозяином (выходцем из бывшей Югославии), и Леон даже выторговал у него хорошую цену за десять тележек.

Описывать «хлопоты» и «расходы», связанные с адаптацией этого бизнеса в Украине, не стану. Это отдельное повествование, и, кроме того, оно никого и ничему не научит, ибо, как и в любом другом бизнесе, важны свои подходы, свое видение проблемы и, главное, свои связи.

Итак, наше совместное предприятие «Канадиен-экспресс» начало свою работу. Тележки были вовремя доставлены и растаможены, место для их хранения подготовлено, технические вопросы (заправка газом баллонов для барбекю, зарядка аккумуляторов для холодильного агрегата тележки и пр.) утрясены, а самое главное – согласовано с городской администрацией место их расположения. Этим местом стал весь Крещатик – главная улица столицы Украины.

Тележки с хот-догами сразу произвели фурор. Тогдашний мэр города Александр Омельченко поручил своему заму собрать во дворе горадминистрации председателей всех районных

администраций с целью пропаганды внедрения такого вида уличного дешевого питания по всему городу. Меня же он попросил продемонстрировать работу столь необычной «кухни» на колесах. Презентация была успешной, дегустация хотдогов прошла на ура, но, к сожалению, на этом дело с внедрением дешевого уличного питания и остановилось – никто из представителей районов в дальнейшем инициативы не проявил.

Но наша компания «Канадиен-экспресс» довольно успешно продолжала свою деятельность. Мы сумели правильно отработать технологию транспортировки тележек на места реализации продукции и обратно на базу (двор «Деловых встреч»). К тому же установили рабочие контакты со всеми организациями, имеющими отношение к функционированию наших тележек (СЭЗ, пожарные, милиция, ЖЭКи, отделы по благоустройству районов и города, ГАИ, Главархитектуры и пр.). Времени это требовало уйму. Но нам и здесь повезло: директором нашего совместного предприятия стала очень грамотная и деятельная женщина. Она и вела дела этой фирмы на протяжении десяти лет, до переезда «Деловых встреч» в «Винничанку».

Причин того, почему бизнес по изготовлению и продаже хотдогов на тележках не получил дальнейшего развития в нашем городе, множество, и это тема для отдельного рассказа.

Я же считаю работу СП «Канадиен-экспресс» достаточно плодотворной. Мы полностью рассчитались с инвестором, и обе стороны были удовлетворены итогами сотрудничества. К сожалению, Леон Циллер скончался (светлая ему память), и бизнес пока (в связи с изменением географии) приостановлен. Надеюсь, что ненадолго.

БЫЛ РЕСТОРАН «ВИННИЧАНКА» – СТАЛ «БУДЬМО!»

В 1982 году с широким размахом Киев отмечал свое 1500-летие. Был составлен список мероприятий, приуроченных к этой дате. Одним из таких мероприятий стала реконструкция заведений общественного питания с целью переоборудования их в рестораны. Реконструкция должна была проводиться силами и за счет средств областей Украины в качестве подарка столице к ее юбилею. Был составлен соответствующий список предприятий. В него попала и столовая жилмассива Теремки-2. Переоборудование и оформление этого объекта было закреплено за Винницкой областью, поэтому, когда бывшая столовая превратилась в ресторан, его назвали «Винничанка».

В то время рестораны на жилмассивах влачили жалкое существование, еле-еле сводя концы с концами за счет обслуживания свадеб, вечеринок, поминок и других массовых мероприятий.

«Винничанка» не была исключением из правил и поддерживала свое существование за счет объединения ресторанов «Жовтневий» и дотаций от Киевресторантреста, после ликвидации которого рассчитывать было уже не на что. Руководство ресторана (директором была З.Д. Кобзарь) после нескольких лет такого выживания пришло к выводу, что самостоятельно справиться с ситуацией и тем более приватизировать это предприятие ей не под силу. А тут еще появилась «бригада», желающая отобрать ресторан у коллектива, приватизировать под себя и поставить своего директора. (Сейчас такую ситуацию назвали бы рейдерской атакой.) И тогда Кобзарь обратилась за помощью к нам.

Побывав на этом предприятии, изучив его финансовое состояние и возможности, мы пришли к выводу, что руководить его деятельностью с Круглоуниверситетской будет нелегко. К тому же я практически круглосуточно был занят организацией работы в клубе «Деловые встречи».

Решение было принято такое. Если Кобзарь согласна работать и ничего не просить у «Деловых встреч» (посуду подкупить, зарплату поднять и т. д.), то мы согласны взять кредит, выкупить «Винничанку», и она будет ждать своего часа, когда мы сможем заняться ею всерьез. Одним словом, предложили работать на самоокупаемости без необходимости что-либо отчислять (платить) учредителям, то есть нам.

Кобзарь с радостью согласилась. Осталось самое сложное: решить полюбовно вопрос с «бригадой».

Состоялась соответствующая встреча, на результат которой повлияло два фактора. Прежде всего, авторитет клуба «Деловые встречи» был довольно высок. В нем бывали самые влиятельные люди не только города, но и страны. Ходили даже слухи о моих дружеских отношениях с криминальными авторитетами. Не будем вдаваться в подробности, но это стало лейтмотивом беседы.

К тому же я пообещал свою личную консультацию и помощь в случае открытия моими «собеседниками» какого-либо заведения ресторанного профиля. Это их очень заинтересовало. И таким образом нам удалось решить проблему.

КАК Я СТАЛ ПИСАТЕЛЕМ

Еще в 1954 году, когда я учился в Харьковском институте советской торговли и работал учеником повара, мне повезло с учителями. С благодарностью вспоминаю Николая Ивановича Каменева, большого любителя выпить (чего греха таить), но классного умельца и веселого выдумщика. Это он заставлял меня «продувать» макароны – коронная шутка старых поваров. Это он учил меня распознавать по запаху, что происходит на кухне. Для этого однажды, будучи подшофе, проделал такой трюк: в духовку, где находился противень с тефтелями под соусом, засунул свои старые резиновые кеды и заставил меня искать причину жуткого смрада на кухне. Но в основном он учил меня всевозможным поварским секретам: как исправить пересоленный суп; в какую воду (холодную или кипяток) нужно закладывать картофель в зависимости от конечного назначения блюда и сорта клубней; что делать, чтобы свекла при варке борща не потеряла свой цвет, и многому-многому другому.

Еще тогда я обратил внимание на то, что в книгах и учебниках по кулинарии представлены только готовые рецептуры и технология приготовления блюд, но без подробностей, особенностей, поварских секретов, кулинарных нюансов – без всего того, что отличает настоящего мастера от подмастерья. За пять лет работы поваром (во время учебы в вузе) я узнал множество профессиональных тонкостей и стал записывать поварские секреты. Вел я эти записи и после окончания института.

Когда приехал работать в Киев, мне снова повезло – несколько лет я трудился рядом со знаменитым поваром Эдуардом Яковлевичем Скалацким, который был тогда инструктором-кулинаром в Укрдорресторане. С благодарностью вспоминаю мастеров старой киевской ресторанной школы, у которых многому научился: Тульчинского, Козлова, Кузьмичева, Бруснику и других.

В те годы среди профессионалов очень популярным был журнал «Общественное питание». В нем была рубрика «Из записной книжки кулинара», где приводились различные кулинарные советы и секреты от известных поваров из всего Советского Союза. Я вырезал эти странички и систематизировал их по разделам: овощи, мясо, рыба, супы и т. д. Постепенно пришел к мысли о том, что все эти кулинарные премудрости нужно объединить в одно целое. И вот моя идея воплотилась в жизнь – в 1967 году была издана моя первая книга «500 советов

по кулинарии». А в 1970 году увидела свет книга «Советы кулинара», в которой было уже более тысячи советов. Эта книга переиздавалась несколько раз, и в 2004 году вышла под новым названием «Советы и секреты мастеров кулинарии» и содержала более 2 тысяч советов.

Моя работа всегда была связана с организацией обслуживания различных мероприятий. В силу занимаемых мной должностей зачастую приходилось иметь дело с иностранными делегациями. Нередко в таких случаях я и мои подчиненные испытывали определенный дискомфорт от незнания национальных особенностей кухни различных стран мира. Но сложности возникали не только с иностранцами, ведь территория Советского Союза была огромной и состояла из множества республик, автономий, национальных округов.

Приведу один небольшой пример. Из Москвы в Киев приезжают президент Индии г-н Шастри с супругой. Из Белокаменной идет сопроводиловка: президент любит острые блюда, а жене подавать не острое. Что в данном случае считать острым, а что не острым? У нас острым считается перец, горчица, уксус и т. д. А в Индии, оказывается, острое – это соевые ферментативные соусы.

Конечно, с одной стороны, каждому туристу и гостю интересно познакомиться с кухней страны, в которую он прибыл. Но с другой стороны, ритуал гостеприимства в любом государстве предусматривает умение хозяев накормить гостя тем, что он обычно ест дома, в родных пенатах. Предложить знакомое ему с детства блюдо считается знаком уважения со стороны хозяев. В данном случае искреннее радушие начинается с очень милой и тонкой деликатности, цель которой – не дать гостю почувствовать себя на чужбине, а рождает оно восхищенную, добрую благодарную память о визите в чужую страну.

Бурное развитие туризма в нашей стране повлекло за собой необходимость глубже изучить основные особенности кухни народов мира. Эти особенности – самые разнообразные. Южане, например, любят острую пищу, жители северных стран меньше используют специи и приправы; одни народы отдают предпочтение натуральному мясу, другие любят рубленое. Если говорить о первых блюдах, то одни едят бульоны и супы-пюре, другие, напротив, в основном готовят заправочные супы вроде борщей, щей, рассольников. Даже такой, казалось бы, общераспространенный напиток, как чай, в разных странах готовят и пьют по-разному – с сахаром, солью, перцем, молоком, сливками, маслом и т. д.

Поэтому я начал работу над новой книгой. Информацию

черпал из самых разных источников. Во время отпуска просиживал в Российской публичной библиотеке им. Ленина над кулинарными книгами на английском, немецком, китайском, французском, японском языках. Переснятые страницы этих книг в Киеве печатались и переводились специалистами (благо стоило это тогда недорого, и переводчики сами зачастую получали небывалое удовольствие от этой работы). К тому же у гидов, сопровождавших группы иностранных туристов, были мои вопросники, и по мере возможности они находили ответы на мои вопросы. Помимо этого я вел обширную переписку с управлениями общественного питания республик и регионов всего Советского Союза. В большинстве случаев местные национальные органы власти с пониманием относились к задуманному мной проекту и старались помочь.

Напряженная аналитическая и опытная (большинство блюд требовало практической проработки) работа велась двенадцать лет (1960–1972). И в 1972 году книга вышла в свет под названием «Кулинарная мудрость. Кухня народов мира». Ее объем составлял 540 страниц формата 24 × 17 см. Тираж – 30 тысяч экземпляров. С тех пор книга переиздавалась несколько раз, а в 1996 году была выпущена тиражом 20 тысяч экземпляров. С каждым переизданием книга дорабатывалась, и по мере появления новых материалов менялся ее объем. Изменилось и название – теперь это был «Атлас кулинарной мудрости». Гонорар за эту книгу (данный вид литературы относился к научно-популярной, и гонорары были чрезвычайно малы) я потратил на приобретение первого в жизни автомобиля ВАЗ-2102, купленного на рынке.

В последующие годы издавались другие мои книги: «Зарубежная кухня», «Кухня народов СССР», «Любимые блюда» и др. Всего мной написано 15 книг.

В различных интервью меня неоднократно спрашивают, чем для меня является писательская деятельность: хобби или источником дополнительного заработка? Обычно отвечаю: «А разве нельзя сочетать?»

«В ШУМНОМ ЗАЛЕ РЕСТОРАНА…»

Эта история завершающая – на сегодня! Кто знает, сколько их еще будет впереди?! Но сегодня я решил закончить свою книгу рассказом о ресторане украинской кухни «Будьмо!».

Создавая его, мы конечно же понимали, что ресторанов с украинской кухней в Киеве довольно много. Чем же отличиться от конкурентов? Ассортиментом? Качеством? Об этом можно говорить громко и долго, но цель труднодостижима из-за ценовой нереальности рекламных проектов и других составляющих.

Так как же себя позиционировать в этом сегменте кулинарии? И тут в голову пришла мысль, вытекающая из различных историй!

Каждый раз во время поездки за рубеж хочется попробовать как можно больше национальных блюд данной страны. Но краткосрочность пребывания (в основном это туристические поездки и короткие командировки) не дает такой возможности. И конечно же, когда туроператоры устраивают дегустационные ужины (в Бангкоке, Болгарии и др.), – это одно из ярких событий тура.

Приезжая в Киев, иностранцы живо интересуются украинской кухней, и им такую возможность предоставляют. К сожалению, их знакомство с национальной кухней ограничивается дегустацией трех-четырех блюд во время обеда или ужина. Но ведь понятно, что этого совсем недостаточно, дабы представить всю палитру украинской кулинарии.

Поэтому мы решили позиционировать свое заведение как ресторан дегустации блюд украинской кухни. А дегустация заключается в том, что во время двухчасового сеанса (так мы называем обед-ужин) наши гости имеют возможность попробовать 30–35 блюд (мини-порциями) украинской кухни, запивая их шестью – восемью видами алкогольных и безалкогольных напитков. Для более яркого представления национального колорита во время сеанса мы знакомим посетителей с украинским фольклором (песни и танцы). В заключение дарим набор открыток об украинской кухне.

Специальная посуда, форменная одежда, интерьер зала, скатерти, салфетки – все посвящено теме национальной кухни и быта. Называется наша программа – «Культурологічне шоу «Україна гостинна» и пользуется большой популярностью у турагентств и отдельных бизнесменов, принимающих гостей.

Ну а кроме этого, обычная рестораторская работа, которая зиждется на нескольких основополагающих для нас принципах:

– второго шанса произвести хорошее первое впечатление не

бывает;

– очень важно оставить о себе хорошее впечатление, но еще важнее оставить о себе впечатление вообще;

– те, кого мы кормим, кормят и нас;

– если не ценить своих клиентов, их оценят конкуренты;

– дело не в том, сколько это стоит, а в том, сколько за это готовы заплатить;

– налаживать связи никогда не поздно и никогда не рано: любое знакомство – и человек уже не чужой!

В роли руководителя кейтеринговой компании бок о бок со мной трудится моя дочь Анна (имеющая, кстати, совсем другое высшее образование). Партнером в другой ресторанторской фирме стал мой родной брат Ефим. Подрастают две внучки – Мария и Евгения. Старшая, Мария, – студентка и уже не раз проходила практику в качестве официантки в нашей фирме. Евгении же выбор еще только предстоит – может, прочитав эту книгу, и она выберет профессию гостеприимной хозяйки.

Отдельно хотелось бы отметить, что с далекого 1985 года со мной рядом мой первый заместитель по Киевресторантресту, а ныне – верный, надежный партнер и товарищ Ольга Михайловна Сергеева. Ее традиционная деловитость и порядочность передались и ее дочери Ирине, работающей также в нашей компании заместителем директора ресторана «Будьмо!». Их обеих уже также можно причислить к клану моих родственников.

Вот такая история!

А вот и кулинарные ХИТЫ нашего «БУДЬМО!».

Борщ холодный (свекольник)

Свеклу отварить, отвар процедить и охладить. Отварные свеклу, морковь, очищенные огурцы нарезать соломкой; сваренные вкрутую яйца и зеленый лук мелко порубить.

Сметану, яйца, зеленый лук, сахар, соль соединить и тщательно перемешать. В полученную смесь положить свеклу, морковь, огурцы, залить охлажденным свекольным отваром и добавить уксус (по вкусу). При подаче посыпать укропом.

На 1 порцию

Отвар свекольный – 350 г, свекла – 100 г, морковь – 20 г, лук зеленый – 25 г, огурцы – 50 г, сметана – 40 г, яйца – 1–2 шт., сахар – 5 г, уксус 3 %-й – 5 г, зелень, соль.

Деруны из лука

Лук репчатый шинкуют соломкой, заправляют солью, перцем, выкладывают в дуршлаг на 1,5–2 часа для выделения сока. Яйцо, сметану, муку тщательно перемешивают и соединяют с луком. Из приготовленной смеси столовой ложкой формируют деруны и обжаривают на растительном масле.

На 1 порцию

Лук репчатый – 400 г, яйца – 4 шт., мука пшеничная – 50 г, сметана – 20 г, масло растительное – 50 г, соль, перец черный молотый.

Деруны из кабачков с жареным луком и сметаной

Очищенные от кожицы кабачки натереть на крупной терке. Добавить муку, яйца, соль, сахар, молоко, замесить тесто.

Придать форму оладий и обжарить на растительном масле до образования румяной корочки. Подавать со сметаной или жареным луком.

На 1 порцию

Кабачки – 250 г, мука – 50 г, яйцо – $^1/_2$ шт., масло растительное – 15 г, молоко – 30 г, сахар – 15 г, сметана – 50 г, лук жареный – 30 г, соль по вкусу.

Закуска из свежих помидоров, маринованного лука и зелени

(простенько, но под рюмашечку?!)

Помидоры нарезают кружочками, добавляют соль и перец. Лук репчатый шинкуют, перемешивая с зеленью, заправляют растительным маслом, лимонным соком. Подготовленную смесь выдерживают 1 час, раскладывают на нарезанные кружочками помидоры.

На 1 порцию

Помидоры свежие – 250 г, лук репчатый – 100 г, масло растительное – 5 г, лимонный сок – 5 г, зелень – 5 г, соль, перец черный молотый.

Икра баклажанная по-одесски

Баклажаны, перец болгарский моют, запекают в духовом шкафу 15 минут при температуре 150˚. Свежие помидоры обдают кипятком и снимают кожицу. Запеченные овощи отделяют от

кожицы и зернышек, измельчают, добавляя ошпаренный помидор и измельченный лук и чеснок.

Овощи заправляют солью, черным молотым перцем, уксусом, добавляют растительное масло, зелень и тщательно перемешивают.

Баклажаны – 1 кг, перец болгарский – 1 кг, помидоры – 1 кг, чеснок – 20 г, лук репчатый – 150 г, масло растительное – 100 г, зелень – 50 г, уксус 9 %-й – 20 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

Карп фаршированный по-еврейски в овощах

Карпа очищают от чешуи, потрошат, разделывают на филе без кожи и костей. Подготовленное филе, пассерованный лук, размоченный в молоке крекер пропускают через мясорубку. Добавляют размягченное сливочное масло, яйцо, соль, перец, приправу к рыбе; вымешивают фарш и формируют котлеты.

Котлеты укладывают в сотейник, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают рыбным бульоном, закрывают крышкой и тушат до готовности.

Подают фаршированного карпа с овощами, в которых он тушился.

Для фарша

Карп – 200 г, крекер – 25 г, молоко – 15 г, чеснок – 1 зубок, лук репчатый – 35 г, яйцо – $^1/_{10}$ шт., масло сливочное – 10 г, соль и специи по вкусу.

Для тушения

Свекла – 25 г, морковь – 25 г, лук репчатый – 20 г.

Квас из листьев салата

В 3-литровую емкость опускают измельченные листья салата, укропа, молодого чеснока с зеленой частью, завернутый в марлю украинский хлеб и заливают маринадом, подогретым до температуры 60°.

Для маринада в воду добавляют уксус и сахар. Емкость с содержимым оставляют в теплом месте на 1,5 суток. Затем аккуратно вынимают завернутый в марлю хлеб и охлаждают напиток.

Салат зеленый – 350 г, укроп – 150 г, чеснок молодой – 65 г, хлеб украинский – 250 г, сахар-песок – 40 г, уксус 9 %-й – 20 г или лимонная кислота – 5 г, вода кипяченая – 2,5 л.

Котлетки из лосося

Филе рыбы без кожи и костей мелко нарезают на кусочки, добавляют нашинкованный лук, яйцо, муку, соль, перец черный молотый и все тщательно перемешивают. Рыбную массу столовой ложкой выкладывают на сковороду с хорошо разогретым жиром. Обжаривают по 2 минуты с каждой стороны на среднем огне.

Готовые котлетки заливают соусом и тушат 5–7 минут.

Морковь, лук репчатый, корень петрушки нарезают соломкой и пассеруют отдельно на растительном масле, добавляют томатный соус и продолжают обжаривать 7–10 минут.

После этого доливают кипяченую воду и тушат 15–20 минут, заправляя солью, черным молотым перцем, сахаром, гвоздикой и корицей.

Лосось – 240 г, мука – 30 г, яйца – 5 шт., лук репчатый – 250 г, масло растительное – 50 г, соль, перец черный молотый.

Для соуса

Лук – 300 г, морковь – 300 г, корень петрушки – 70 г, томатный соус – 450 г, вода – 300 г, растительное масло – 100 г, сахар – 10 г, соль, перец черный молотый, гвоздика, корица.

Куриная ножка, фаршированная грибами

Куриную ножку моют, аккуратно снимают кожу. Отделяют мякоть от кости, затем мясо пропускают через мясорубку. В фарш добавляют предварительно обжаренные грибы, пассерованный лук, специи, растительное масло, яйцо и вымешивают.

Кожицу наполняют подготовленным фаршем, смазывают майонезом и запекают в духовом шкафу при температуре 150° на протяжении 30–40 минут.

На 2 порции

Ножка куриная – 500 г, шампиньоны свежие – 120 г, лук репчатый – 130 г, растительное масло – 20 г, яйцо – $^1/_2$ шт., майонез – 5 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

Куриное филе под сырно-яблочной шубой

Филе птицы нарезают на порционные куски, отбивают, солят и перчат. Сыр натирают на мелкой терке. Яблоки очищают от кожицы и освобождают от сердцевины, нарезают тонкими дольками на ширину половинки яблока. На подготовленное филе выкладывают пластинку ветчины, смазывают майонезом,

посыпают тертым сыром. Снова поливают майонезом. Всю площадь филе покрывают дольками яблок, вдавливая их в сырную массу. Запекают на смазанном маслом листе в жарочном шкафу при температуре 180° на протяжении 25–30 минут.

При подаче украшают зеленью.

На 1 порцию

Филе птицы – 130 г, ветчина – 20 г, сыр твердый – 30 г, майонез – 30 г, яблоки свежие – 70 г, масло растительное – 5 г, зелень – 5 г, соль, перец черный молотый.

Курица, фаршированная блинами

С обработанной куриной тушки снимают кожу, оставляя крылышки и голень, отделяют мякоть от кости. Филе вместе со свининой пропускают через мясорубку, добавляя пассерованный лук. Подготовленный фарш заправляют солью, черным молотым перцем, вводят сливочное масло, яйцо. Заранее выпекают блинчики на сковородках диаметром не менее 25 см. На поджаренную сторону блинчика раскладывают фарш, заворачивают в виде тонкой трубочки. В предварительно замоченный и распущенный желатин добавляют яйца, взбивают, смазывают блинчики этой смесью, наполняют ими подготовленную куриную кожу. Зафаршированную тушку запекают в духовке при температуре 150° около 1 часа.

При подаче нарезают на аккуратные пластины.

На 1 курицу

Тушка птицы потрошеная – 2,2 кг, свинина – 660 г, лук репчатый – 250 г, масло растительное – 150 г, масло сливочное – 100 г, блинчики – 1 кг, яйца – 5 шт., желатин – 20 г, соль, перец по вкусу.

Огурцы быстрого засола

Огурцы моют, обрезают кончики с обеих сторон и нарезают на половинки. Подготовленные огурцы посыпают измельченным укропом, солью, толченным в ступке чесноком, сбрызгивают лимонным соком и дают настояться 30–40 минут.

Огурцы – 1 кг, укроп – 100 г, чеснок – 50 г, лимонный сок – 100 г, соль по вкусу.

Таратор

Вареные яйца и свежие огурцы нарезают кубиками или соломкой, шинкуют зеленый лук. Кефир соединяют с холодной кипяченой водой, добавляют соль, сахар, масло растительное и ставят в холодильник.

При порционировании в тарелку кладут предварительно нарезанные продукты и заливают охлажденной смесью, посыпая толченым чесноком, зеленью, молотым орехом.

Кефир – 0,5 л, вода – 0,5 л, огурцы свежие – 300 г, яйца – 2 шт., масло растительное – 50 г, лук зеленый – 60 г, зелень – 30 г, чеснок – 30 г, орехи – 50 г, сахар – 5 г, соль по вкусу.

Рулет мясной с охотничьей сосиской

Кусок свиной корейки разрезают вдоль на две части в виде развернутой книги, отбивают и маринуют в соевом соусе, добавляя хмели-сунели, соль, перец.

На маринованную корейку выкладывают слоями: сало, охотничью сосиску, снова сало, добавляют желатин. Заворачивают рулет, обвязывают толстой нитью и обматывают фольгой. Выпекают в духовом шкафу 40 минут при температуре 160°.

Корейка свиная – 1 кг, сало – 150 г, сосиски охотничьи – 200 г, желатин – 50 г, соус соевый – 50 г, соль, перец черный молотый, хмели-сунели.

Стебли сельдерея, фаршированные сыром Рокфор

Стебли сельдерея моют, очищают, нарезают кусочками около 5 см. К протертому через сито сыру рокфор добавляют сметану и специи. При подаче стебли сельдерея выкладывают на посуду, выдавив на них подготовленный сыр через кондитерский мешок.

Украшают закуску паприкой и зеленью.

Стебель сельдерея – 50 г, сыр рокфор – 50 г, сметана – 30 г, перец черный молотый – щепотка, паприка – $^1/_2$ чайной ложки, зелень – 5 г.

Судак, запеченный с овощами в фольге

Филе судака без кожи и костей сбрызгивают свежевыжатым соком лимона, солят, перчат и ставят на 30 минут в холодное место.

На смазанную растительным маслом фольгу слоями выкладывают нарезанные кружочками помидоры, сельдерей, перец болгарский (соломкой), лук репчатый (кольцами), рыбу, сверху снова кладут лук, перец, помидоры и добавляют майонез. Все это заворачивают в фольгу и запекают 20–25 минут в жарочном шкафу при температуре 150°.

Перед подачей украшают зеленью.

На 1 порцию

Филе судака – 150 г, лимонный сок – 10 г, масло растительное – 5 г, помидоры – 80 г, стебель сельдерея – 10 г, перец болгарский – 70 г, лук репчатый – 20 г, майонез – 10 г, зелень – 5 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

Крем-суп из лука

Очищенный лук шинкуют, обжаривают на сливочном масле до прозрачности, добавляют муку, продолжают все это жарить до тех пор, пока мука слегка не подрумянится. Затем вливают мясной бульон и варят 20–30 минут до готовности лука, добавляют сметану, доводят до кипения.

Перед подачей кладут сметану, посыпают паприкой, измельченной зеленью.

Отдельно подают подсушенные сухарики, нарезанные кубиками из белого хлеба без корочки.

На 1 порцию

Лук репчатый – 200 г, мука – 15 г, масло сливочное – 20 г, бульон мясной – 200 г, сметана – 150 г, паприка – 2 г, зелень – 5 г, хлеб на сухарики – 40 г, соль, перец черный молотый по вкусу.

Торбочки с грибами и брюссельской капустой

Для блинчиков: яйца, соль, сахар размешивают, добавляют холодное молоко (50 % нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Из готового жидкого теста выпекают блины на смазанных жиром и разогретых сковородах диаметром 10–15 см.

Для фарша: кочанчики брюссельской капусты разрезают на несколько долек, добавляют пассерованные до золотистого цвета лук и морковь, тушат. За 10 минут до готовности добавляют натертый корень сельдерея, жареные грибы, заправляют чесноком, солью, перцем черным молотым и сметаной.

На готовые блинчики выкладывают фарш, заворачивают в виде мешочков, которые скалывают деревянной шпажкой или завязывают стеблем зеленого лука.

При подаче торбочки поливают сливочным маслом.

На 10 порций

Для блинов

Мука – 200 г, яйцо – 1 шт., сахар – 25 г, молоко – 500 г, масло растительное – 25 г, соль по вкусу.

Для фарша

Капуста брюссельская – 300 г, шампиньоны – 800 г, корень сельдерея – 400 г, лук репчатый – 20 г, морковь – 200 г, масло растительное – 100 г, чеснок – 50 г, масло сливочное – 150 г, сметана – 200 г.

Торт из листьев капусты под чесночно-майонезным соусом, декорированный грецким орехом

Белокочанную капусту отваривают до полуготовности, предварительно вырезав кочан. Разбирают на листья и слегка отбивают. Подготовленные листья панируют в муке и яйце, обжаривают с двух сторон. Охлажденные листья покрывают соусом (майонез с толченым чесноком) и складывают слоями в виде торта. Перед подачей капустный торт разрезают на дольки, посыпают измельченным грецким орехом, украшают свежими овощами и зеленью.

На 1 кг торта

Капуста – 1,5 кг, мука – 200 г, яйца – 3 шт., масло растительное – 150 г, майонез – 250 г, чеснок – 70 г, орехи грецкие – 70 г.

Для украшения

Огурец свежий – 100 г, перец болгарский – 100 г, зелень – 50 г.

Форшмак на салатном листе

Филе сельди вымачивают в кипяченой воде или чае с молоком.

Яблоки очищают от кожицы и семян, измельчают, добавляют нарезанный репчатый лук и маринуют с уксусом и растительным маслом. Затем добавляют замоченный и отжатый белый хлеб, вареное яйцо и пропускают все через мясорубку. В полученную массу добавляют оливковое масло и взбивают.

Подают к столу на салатном листе.

Сельдь – 60 г, лук репчатый – 10 г, яйца – 1–4 шт., хлеб белый – 15 г, молоко – 40 г, масло растительное – 5 г, уксус – 1 чайная ложка, масло сливочное – 5 г, лист салата – 5 г.